گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

31

ماہنامہ عبقری® لاہور

جنوری 2009ء بمطابق مُحرّم الحرام 1430 ہجری

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

قیمت فی شمارہ 20 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

عَبْقَرِیٍّ حِسَانٍ ﴿۷۶﴾ فَبِاَیِّ اٰلَآءِ رَبِّکُمَا تُکَذِّبٰنِ ﴿۷۷﴾ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہؒ ہجویری عبقری مجذوب، جناب حکیم محمد رمضانؒ چغتائی

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ المفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 7 جلد نمبر 3 جنوری 2009ء بمطابق محرم الحرام 1430ھ

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

جنوری 2009ء

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

پی۔ایچ۔ڈی (امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی ہاشمی، حاجی میاں محمد طارق

قیمت فی شمارہ 20 روپے اندرون ملک سالانہ 240 روپے

بیرون ملک سالانہ 50 امریکی ڈالر

ٹھہریئے پہلے اسے پڑھیئے: اگر آپ ''ماہنامہ'' عبقری کا اجراء کروانا چاہتے ہیں تو اس کا زر سالانہ -/240 روپے ہے۔ اور ہر رسالہ کے بیرونی لفافہ پر خریداری نمبر اور مدت خریداری کا اندراج ہوتا ہے اگر زر سالانہ ختم ہو چکا ہے تو ابھی -/240 روپے منی آرڈر کریں۔ یا فون (042-7552384) پر رابطہ کریں۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تا کہ آپ کو مکمل معلومات دی جا سکے۔ اور منی آرڈر کرتے وقت اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ جواب طلب امور کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔ تا کہ یکم سے قبل آپ کو رسالہ مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں گذارش ہے کہ قارئین! چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں۔ کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز تک پہنچ پاتا ہے اور بار ہا ایسا اتفاق بھی ہوا ہے کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔ اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملے تو اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ سپیشل ڈاک سے رسالہ روانہ کیا جائیگا۔ اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ رسالہ ڈاک خانہ کے حوالے کر دینا ہے نہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔ اس لیے ان وجوہات کی بنا پر اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک سٹال سے طلب کریں اور اگر وہ نفی میں جواب دے تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کا فائدہ ہوگا اور اس کو تعاون کی یقین دہانی کرائیں اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔ تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زر سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

ضروری اطلاع

☆ یکم جنوری 2009 سے حکیم صاحب سے ملاقات کے لیے آنے سے پہلے فون نمبر 042-7552384 یا موبائل نمبر 0322-4688313 پر وقت لے کر آئیں (وقت لینے کے لیے صبح دس بجے سے دوپہر بارہ بجے تک رابطہ کریں) ☆ حکیم صاحب صرف (پیر، منگل، بدھ، جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ موسم سرما میں کلینک کے اوقات دو بجے اور موسم گرما میں تین بجے شروع ہوتے ہیں۔ ☆ روزانہ صرف تیس لوگوں سے ملاقات ہوگی۔ بغیر وقت لیے آنے والے حضرات سے معذرت ہے، بحث سے گریز کریں ☆ وقت لیتے وقت یہ بات ذہن نشین کر لیں کہ آپ کی باری اگلے دن بھی آسکتی ہے ☆ یہ شیڈول اندرون اور بیرون شہر سے آنے والے تمام ملاقاتی حضرات کے لیے ہے۔ ☆ وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہو جائے گی۔ ☆ یہ شیڈول روحانی و جسمانی مسائل میں مبتلا افراد کے علاوہ تمام ملاقاتیوں کے لیے بھی ہے۔

مستقل پتہ: دفتر ماہنامہ ''عبقری'' مرکز روحانیت وامن 78/3، مزنگ چونگی، قرطبہ چوک، یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

Website:www.ubqari.net | 0322-4688313، 042-7552384

محمد طارق محمود ناشر نے اظہار سنز پرنٹرز ریٹی گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا۔

’’اللہ تعالیٰ کے پاس نہ تو ان قربانیوں کا گوشت پہنچتا ہے اور نہ ہی اُن کا خون، بلکہ ان کے پاس تو تمہاری پرہیزگاری پہنچتی ہے یعنی اُن کے یہاں تو تمہارے دلی جذبات دیکھے جاتے ہیں۔‘‘

(سورۂ حج آیت نمبر 38)

حضرت ابوامامہ باہلیؓ روایت کرتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا ہے: اللہ تعالیٰ اعمال میں سے صرف اسی عمل کو قبول فرماتے ہیں جو خالص ان ہی کے لیے ہو اور اس میں صرف اللہ تعالیٰ ہی کی خوشنودی مقصود ہو۔ (نسائی)

حالِ دل

ایڈیٹر کے قلم سے

جو میں نے دیکھا، سُنا اور سوچا

ماہرین کے مطابق انسان پہلے پہل جنگل کی زندگی گزارتا تھا۔ نہ لباس اور نہ ہی کوئی تہذیب وتمدن ہوتا تھا۔ حقیقت میں اب بھی افریقہ کے تاریک جنگلات میں ایسے قبائل آباد ہیں جو ظاہری پیراہن یعنی لباس سے بالکل ناآشنا ہیں یا پھر درختوں اور پودوں کے پتوں سے اپنے تن کو ڈھانپتے ہیں۔

موجودہ دور ترقی یافتہ اور جدید دور ہے۔ کیا آپ محسوس کرتے ہیں کہ انسان واپس جنگل کی زندگی کی طرف لوٹ رہا ہے کیونکہ آہستہ آہستہ اس کا لباس سکڑ رہا ہے۔ بقول شخصے عورتوں نے بال کٹوائے، مردوں نے بال بڑھائے۔ آج کل کی ہے ایسی سلائی، لی انگڑائی تو (لباس کے) ٹانکے ٹوٹ گئے۔ آخرکار لباس سکڑتے سکڑتے وہی جنگلی زندگی کی طرز پر آرہا ہے۔ جنگلوں میں رہنے والوں نے ستر ڈھانکنے کے لیے پتے استعمال کیے اور موجودہ ترقی یافتہ دور کی اقوام ستر ڈھانکنے کے لیے مختصر کپڑے استعمال کرتیں ہیں۔

پھر بات یہاں ختم نہیں ہوئی معاملہ آگے بڑھتا ہے۔ ایک شخص بندہ کے پاس آیا، آتے ہی اس کا لہجہ بدل گیا، چہرے کی کیفیت اور اطوار بدل گئے۔ رنگت اور جسم کے اعضا میں سختی آگئی، فوراً سمجھ گیا کہ اس کے اندر کوئی اور چیز ہے جس کا اس کے جسم سے کوئی تعلق نہیں۔ اس جناتی مخلوق سے طویل گفتگو ہوئی (یہ سالہا سال کا معمول ہے کوئی نیا واقعہ نہیں) اس گفتگو سے جو ایک بات اس عنوان کے لیے سامنے آئی وہ آپ کی خدمت میں پیش کر رہا ہوں۔ وہ یہ ہے کہ اس طویل العمر جن نے زور سے قہقہہ لگایا اور کہا کہ جب عورت ننگے سر، برہنہ یا نیم برہنہ ہو تو ہم اس عورت کو دیکھ کر دیوانے اور عاشق ہو جاتے ہیں۔ پھر ہم ان کے خاندان والوں کو مختلف قسم کی پریشانیاں مثلاً ٹینشن، ڈیپریشن، سٹریس، گھریلو جھگڑے ہر وقت کی بَک بَک مالی اور معاشی الجھنوں میں مبتلا کر دیتے ہیں یا پھر ایسی عورت کے ہم خود اتنے قریب ہو جاتے ہیں کہ اس کے شوہر کو بھی اس کے قریب نہیں آنے دیتے وغیرہ وغیرہ۔ قارئین یہ مختصر سے الفاظ اس جن کے جو میں نے آپ کی خدمت میں پیش کیے ہیں۔ آج یہ بیماریاں بھی عام ہیں اور برہنہ جسم بھی عام ہیں۔ اب آپ فیصلہ کریں مرض کیا ہے اور علاج کیا ہے اور آئندہ آپ کو کیا کرنا ہے؟

درسِ ہدایت

ہفتہ وار درس سے اقتباس

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

انہوں نے فرمایا تیرا یقین جھوٹا ہے۔ جس نماز سے تجھے دو وقت کی روٹی ملنے کا یقین نہیں ہے۔ اتنی بڑی جنت ملنے کا یقین کیسے ہے؟

جیسا کہ پچھلے درس میں بندہ نے عرض کیا تھا کہ چوک میں کھڑے سپاہی کو ہاتھ ہلانے سے تنخواہ کی شکل میں روٹی، کپڑا اور اس کی ضروریات زندگی کا سارا نظام مل رہا ہے اور ہر آدمی کو اس کا کامل یقین ہے۔ تسبیح کرنے سے، نماز پڑھنے سے اور سلام کرنے سے جو ہاتھ ہلتے ہیں تو کیا اس سے پلنے کا نظام نہیں بن سکتا۔ آخر ہمیں ان اعمال پر یقین کیوں نہیں ہے؟

یا اللہ تو ہی سب کچھ جانتا ہے

ایک اللہ والے تھے انہوں نے نماز سے پلنے کے بارے میں یہ بات فرمائی، ایک بندہ کہنے لگا کہ حضرت یہ بات تو سمجھ آئے کہ سپاہی جو ہاتھ ہلائے تو اس کو تنخواہ ملے اور یہ بات کیسے سمجھ آئے کہ نماز سے مجھے دو وقت کی روٹی ملے۔ انہوں نے فرمایا تیرا یہ یقین ہے کہ نماز سے جنت ملے گی، کہنے لگا جی بالکل۔ انہوں نے فرمایا تیرا یقین جھوٹا ہے۔ جس نماز سے تجھے دو وقت روٹی ملنے کا یقین نہیں ہے، اتنی بڑی جنت ملنے کا یقین کیسے ہو سکتا ہے؟ ہم نے تو اپنے یقین کو دھوکا دیا ہے۔ اعمال سے پلنے کا یقین ہو کہ میں یہ سچ کی عبادت کروں گا۔ سچ کی تجارت کروں گا۔ اس کے ذریعے سے اللہ جل شانہ برکت عطا فرمائیں گے۔ اس کی برکت سے اللہ پاک میری نسلوں کو رزق دیں گے اور دوبارہ اس بات کو آپ کی خدمت میں پیش کر رہا ہوں کہ میرا رب ضرورتیں پوری کرنے میں اسباب کا محتاج نہیں ہے۔ آپ یقین کریں کہ میری معالجاتی زندگی میں ایسے ایسے مشاہدات دیکھنے اور واقعات سننے کو ملتے ہیں کہ میں بیان نہیں کر سکتا۔ تنہائی میں بیٹھ کر اللہ پاک کے حضور عرض کرتا ہوں کہ یا اللہ تو ہی سب کچھ جانتا ہے۔

ایک اللہ والے کہنے لگے ہم نے لاہور سے خانیوال جانا تھا۔ گرمی کا موسم تھا میں نے ڈرائیور سے کہا نماز فجر پڑھنے کے بعد سفر پر روانہ ہوں گے تاکہ گرمی کی شدت بڑھنے سے پہلے ہم منزل مقصود پر پہنچ سکیں۔ ہم نماز فجر کے بعد لاہور سے خانیوال کیلئے روانہ ہوئے۔ سڑکیں صاف تھیں۔ گاڑیوں کا رش نہ ہونے کے برابر تھا۔ ڈرائیور نے گاڑی کی اچانک بریک لگائی تو میں نے پوچھا کیا ہوا، ڈرائیور کہنے لگا، سامنے کتا آ گیا تھا۔ میں نے ڈرائیور سے کہا تم کو کئی دفعہ سمجھایا ہے کہ جب صبح کو سفر کرنا ہو تو رات کو جلدی سو جایا کرو۔ مجھے ایسے لگتا ہے جیسے تمہاری نیند ہی پوری نہیں ہوئی۔ آگے ہوٹل پر گاڑی روکنا میں تم کو چائے پلواؤں گا۔ اندازاً 35 کلومیٹر سفر طے کرنے کے بعد مجھے ہوٹل نظر آیا۔ میں نے گاڑی رکوائی اور ڈرائیور کو چائے پینے کیلئے بھیج دیا۔ میرے جی میں آیا کہ دیکھوں تو سہی کتے کے لگنے سے گاڑی کو کوئی نقصان وغیرہ تو نہیں ہوا۔ کہنے لگے میں نے جا کر دیکھا کہ گاڑی کے بمپر کے اوپر کتا بیٹھا ہوا تھا۔ میرے قدموں کی آواز سن کر اس نے بمپر سے چھلانگ لگائی اور نیچے اتر آیا۔ قریب پڑی چارپائیوں کے نیچے ہڈیاں پڑی ہوئی تھیں۔ کتا وہ ہڈیاں جا کر کھانے لگا۔ میں وہاں کھڑا اللہ پاک کی قدرت کا نظارہ کر رہا تھا کہ کیسے اللہ پاک نے کتے کو 35 کلو میٹر کے فاصلے پر رزق دیا ہے۔

رزق کی تقسیم

رزق کے متعلق اسی طرح کا ایک واقعہ میرے قریبی دوست نے بتایا کہ ایک دفعہ انہیں اپنی فیملی کے ساتھ کوئٹہ سے لاہور بذریعہ جہاز آنا تھا۔ سیٹیں پہلے سے کنفرم تھیں۔ جس دن کوئٹہ سے لاہور آنا تھا، گھر میں افراتفری اور بھاگ دوڑ تھی کیونکہ ایئرپورٹ پر جہاز روانہ ہونے سے ایک گھنٹہ پہلے پہنچنا تھا۔ ان کے چھوٹے بچے کے پاس چنے پڑے ہوئے تھے۔ وہ چنے اچھال کر منہ میں ڈال کر کھا رہا تھا۔ اچانک ایک چنا اس کی ناک میں چلا گیا اور ناک میں اٹک گیا۔ والدہ نے چنا نکالنے کی بہت کوشش کی لیکن ناکام، گھر والے سب پریشان کہ اب کیا ہو گا؟ اتنے میں بچے کا باپ بازار سے ٹیکسی لے آیا اور کہنے لگا کہ سامان اٹھاؤ اور ٹیکسی میں رکھو۔ کہیں ایسا نہ ہو کہ فلائٹ مس ہو جائے۔ بچے کی والدہ نے بتایا کہ بیٹے کی ناک میں چنا اٹک گیا ہے۔ اس نے کہا کوئی بات نہیں۔ کوئٹہ سے لاہور بذریعہ جہاز دو گھنٹے کا سفر ہے اور لاہور میں میرا ایک قریبی دوست ڈاکٹر ہے۔ وہ ناک سے چنا نکال دے گا، پریشانی کی کوئی بات نہیں۔ کوئٹہ سے لاہور پہنچنے کے بعد وہ سیدھے اپنے دوست ڈاکٹر کے گھر گئے۔ دوست کے ملازم نے کہا ڈاکٹر صاحب غسل کر رہے ہیں۔ اس نے ہمیں مہمان خانے میں بٹھایا۔ چند منٹ گزرنے کے بعد باہر سے ایک مرغی اندر داخل ہوئی اور اسی اثنا میں میرے بیٹے کو چھینک آئی اور چنا ناک سے نکل کر مرغی کے سامنے گرا اور وہ چنا کھا گئی۔ ہم سب گھر والے ہکے بکے رہ گئے اور بچہ بالکل تندرست ہو گیا۔

فریضہ حج سے سر درد کا خاتمہ

ایک سفر میں بندہ اپنے شیخ حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ تعالیٰ کے ساتھ تھا۔ انہوں نے عجیب بات سنائی وہ فرمانے لگے میرٹھ (انڈیا) میں ایک صاحب تھے جو بہت بڑے تاجر اور مالدار تھے۔ اچانک ان کو سر درد کی تکلیف شروع ہوئی۔ تکلیف بڑھتے بڑھتے شدت اختیار کر گئی۔ اس نے بڑے سے بڑے ڈاکٹر سے لگاتار علاج کروایا لیکن تکلیف کنٹرول سے باہر ہوتی جا رہی تھی۔ ڈاکٹروں نے جدید دور کے تمام آلات استعمال کیے کہ کسی طرح سے پتہ چل سکے کہ تکلیف کس وجہ سے بڑھ رہی ہے۔ تمام طریقے ناکام ہو چکے تھے حتیٰ کہ چھ سال گزر گئے۔ اب اس شخص کا جسم نڈھال اور راتوں کی نیند خراب ہو گئی۔ ایک بیماری سے دوسری، دوسری سے تیسری، پھر چوتھی۔ یہاں تک کہ وہ ایک وقت میں بہت سی بیماریوں میں مبتلا ہو گیا۔ اس کا جسم ہڈیوں کا ڈھانچہ بن گیا۔ کسی نے اسے مشورہ دیا کہ زندگی کی خبر نہیں اور کچھ نہیں تو حج ہی کر آئیں۔ اللہ پاک سے معافی بھی مانگ لینا۔ پتا نہیں اتنے بڑے مجمع میں کس کے وسیلے سے تمہاری معافی قبول ہو جائے۔ وہ شخص حج کرنے گیا۔ حج کے دوران وہ شخص ندامت بھرے انداز میں خانہ کعبہ کا طواف کر رہا تھا۔ طواف کرتے کرتے اسے زور سے چھینک آئی۔ ایک چاول کا دانہ اس کی ناک سے نکلا اور اس کے سامنے گرا۔ کعبۃ اللہ پر ایک پرندہ بیٹھا ہوا تھا۔ وہ اڑا اور چاول کا دانہ اٹھا کر چلا گیا اور وہ شخص تندرست ہو گیا۔

مندرجہ بالا واقعات بتانے کا مقصد یہ ہے کہ رزق کا نظام کہیں اور ہے۔ کس کو کہاں، کب اور کتنا رزق ملنا ہے یہ سب لکھا جا چکا ہے اور محفوظ ہے۔ اب دیکھنا یہ ہے کہ ہم اپنے حصے کا رزق حاصل کرنے کیلئے نیک اعمال اختیار کرتے ہیں یا برے اعمال۔ نیک اعمال اختیار کریں گے تو اللہ پاک خوش ہوں گے اور آخرت میں بھی اس کی جزا دیں گے اور اگر برے اعمال اختیار کر کے رزق حاصل کیا تو اللہ پاک اپنے بندے سے ناراض ہوں گے اور آخرت میں اس لیے کوئی جزا نہیں بلکہ اس کا ہمیشہ ہمیشہ کا ٹھکانہ جہنم ہو گا۔ (جاری ہے)

اسم اعظم کی روحانی محفل:

ہر منگل اور جمعرات کو بعد نماز مغرب ''مرکز روحانیت و امن'' میں حکیم صاحب کا درس مسنون اور شرعی ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور دعا کی روحانی محفل ہوتی ہے۔ اس میں اپنی روحانی ترقی اور پریشانیوں سے نجات کیلئے شرکت فرمائیں۔ اپنی مشکلات، پریشانیوں کے حل اور دلی مرادوں کی تکمیل کیلئے خط لکھ کر دعاؤں میں شمولیت کر سکتے ہیں۔

بدنی طاقت: خشخاش، بڑی کشمش، بادام ہم وزن لے کر کوٹ لیں دو کپ پانی ڈال کر ابالیں، ایک کپ رہنے پر اتار لیں اور چھان کر پی لیں۔

جنوری میں چاک و چوبند رہنے کے نسخے

بیماری کی صورت میں گرم بستر استعمال کیجئے اور ثقیل غذاؤں کے بجائے گرم سیال غذائیں مثلاً گوشت یا چنے کی یخنی کے علاوہ جوشاندہ پیاجائے۔ نباتاتی چائے مثلاً بنفشہ کی چائے صبح وشام استعمال کی جائے۔ اس کے علاوہ ادرک یا تلسی کی چائے بھی مفید ثابت ہوتی ہے۔

(پروفیسر محمد رفیق)

سردی کا موسم ہے۔ ملک کے جنوبی حصے بھی موسم سرما کی گرفت میں ہیں۔ بالائی کوہستانی علاقوں میں ٹھٹھرا دینے والی سردی کا دور دورہ ہے۔ سچ پوچھئے تو ہمارے جسم کیلئے یہی موسم سب سے زیادہ صبر آزما ہوتا ہے۔ موسم کی یہ تبدیلی کئی مسائل صحت پیدا کرتی ہے۔ حیوانات کی دنیا میں وسیع پیمانے پر نقل مکانی کا عمل دسمبر سے بہت پہلے مکمل ہو جاتا ہے۔ سردیوں کا موسم ان لوگوں کیلئے صحت وتوانائی کا موسم ثابت ہوتا ہے جو اس کے چیلنجوں کا مقابلہ ورزش، مقوی غذاؤں اور ضروری احتیاطی تدابیر سے کرتے ہیں اور اس کے شاکی وہ لوگ ہوتے ہیں جو محض گرم کپڑوں اور بستروں سے اسے بھگانے کی کوشش کرتے ہیں۔

امراض کا زور:

جاڑوں میں دھوپ کمزور ہوتی ہے، چنانچہ جراثیم اور وائرسوں کا بڑا زور ہوتا ہے۔ حرارت میں کمی کے نتیجے ہی میں نزلے، زکام اور انفلوئنزا کے وائرس ہم پر حملہ آور ہوتے ہیں۔ جو لوگ جدید معالجین سے رجوع کرتے ہیں وہ ان کیلئے ہائی پوٹنسی دوائیں تجویز کرتے ہیں جس سے سچ پوچھئے تو جسم کا دفاعی نظام آگے چل کر کمزور ہو جاتا ہے اور اب تو وقت گزرنے کے ساتھ یہ دوائیں بھی تیزی سے اپنی تاثیر کھو رہی ہیں۔ کیوں کہ تازہ ترین تحقیقات کے مطابق جراثیم اور وائرسوں نے اینٹی بائیوٹکس کے خلاف خود مدافعت پیدا کر کے ان ہائی پوٹنسی دواؤں کو بے اثر بنا دیا ہے۔ ان دواؤں سے سب سے زیادہ نقصان جگر اور آنتوں کو پہنچتا ہے۔ اس موسم کی تکلیف کا بہترین علاج یہ ہے کہ آپ جسمانی طور پر سرگرم اور محتاط رہیں۔ ایسی غذائیں کھائیں اور ہضم کریں جن سے نظام مامونیت مستحکم رہے۔

پہلا قدم:

نظام مامونیت پر موسم کا حملہ عام طور پر نزلے زکام کی صورت میں ظاہر ہوتا ہے۔ اس کے آثار ظاہر ہوتے ہی جسمانی اور ذہنی تھکان سے بچنے کی کوشش کرنی چاہیے اور پھر اس نظام کی درماندگی دور کرنے کی تدابیر بھی اختیار کرنی چاہئیں۔ کم از کم تین سے چار دن صاف اور گرم بستر میں آرام کیجئے اور ثقیل غذاؤں کی بجائے گرم سیال غذائیں مثلاً گوشت یا چنے کی یخنی کے علاوہ جوشاندہ پیا جائے۔ نباتاتی چائے مثلاً بنفشہ کی چائے صبح وشام استعمال کی جائے۔ اس کے علاوہ ادرک یا تلسی کی چائے بھی مفید ثابت ہوتی ہے۔ یخنی اور شوربے میں لہسن کی چار پانچ کلیاں شامل کرنا بھی بہت مفید ثابت ہوتا ہے۔

دوسرا قدم:

صحت یابی کے بعد ضروری ہے کہ جسم کی قوت مدافعت کو مزید مستحکم کیا جائے۔ سیال کے بجائے زود ہضم ٹھوس غذائیں کھائی جائیں جن میں لہسن اور ادرک پیس کر ملا لینا چاہیے۔ امراض کے مقابلے کیلئے حیاتین ج بہت مؤثر ثابت ہوتی ہے اور ہری مرچیں اس کا اہم ذریعہ ہوتی ہیں۔ روزانہ کسی بھی کھانے کے ساتھ لہسن اور ہری مرچوں کی تھوڑی سی چٹنی کھانے سے جسم میں مدافعت کی قوت بحال اور مستحکم رہتی ہے۔ لہسن خاص طور پر بوڑھوں کیلئے بہت مفید ثابت ہوتا ہے، کیوں کہ یہ خون میں کولیسٹرول کی سطح کم کر کے بلڈ پریشر کا بھی مؤثر علاج ثابت ہوتا ہے۔ ہری مرچوں اور لہسن کے استعمال میں اعتدال سے کام لینا بھی ضروری ہے۔ انہیں چٹخارے کیلئے نہیں کھانا چاہیے۔

تیسرا قدم:

طبیعت پوری طرح بحال ہو جانے کے بعد آپ معمول کے مطابق کھا پی سکتے ہیں تاہم یہ ضروری ہے کہ جسم کو ایسی غذائیں ملتی رہیں جن سے اس میں حرارت پیدا ہو اور اسے تمام حیاتین اور معدنی نمک بھی ملیں۔ اس موسم میں کلیجی کے علاوہ مچھلی کا استعمال بھی بہت مفید ہوتا ہے۔ مچھلی کا تیل بھی بہت مفید ہوتا ہے۔ اس میں حیاتین الف کے علاوہ حیاتین ''د'' اور ''ہ'' (وٹامن ای) بھی ہوتا ہے۔ یہ حیاتین جسم کو مضر اجزا سے محفوظ رکھتے ہیں۔

ایک مقوی مشروب:

کمزور افراد کیلئے یہ مشروب بہت مفید ثابت ہوتا ہے۔ خاص طور پر جن کے پھیپھڑے کمزور ہوں انہیں اس کے استعمال سے نمایاں فائدہ ہوتا ہے۔

مچھلی کا تازہ تیل 2 چائے کے چمچے، تازہ انڈا ایک عدد، کینو کا تازہ رس ایک پیالی۔ تمام چیزوں کو ایک ڈھکن والی بوتل میں ڈال کر خوب ہلائیں تا کہ یہ یک جان ہو جائیں۔ جی چاہے تو اس میں ایک چمچہ شہد ملا لیں۔ اسے صبح پینے سے جسم کو جاڑوں میں بہترین ناشتا اور مقوی غذائی اجزا مل جاتے ہیں۔

ناشتا اہم ہے:

یہاں یہ بتانا بھی مناسب ہے کہ ناشتے کی اہمیت کو کبھی نظر انداز نہیں کرنا چاہیے۔ رات بھر کی نیند اور آرام کے بعد خاص طور پر سردیوں میں جسم کو مقوی ناشتا ضرور ملنا چاہیے۔ بجائے اس کے کہ ثقیل غذاؤں پر مشتمل ناشتا کیا جائے، گندم یا جئی (اوٹس) کا دلیہ، گرم دودھ، شہد یا گڑ کے ساتھ کھانا زیادہ مفید ہوتا ہے۔ جی چاہے تو اسی دلیے میں ایک نیم برشت انڈا، چنے کی دال، مونگ پھلی کے دانے، میٹھا دہی، کسی موسمی پھل کی قاشیں، ہری مرچ، پودینے کی چٹنی بھی ملائی جا سکتی ہے۔ ان میں سے جو چیز آسانی سے مل جائے یا جو پسند ہو دلیے میں ملا کر کھائی جا سکتی ہے۔

ناشتے کے علاوہ روزمرہ کھانے میں موسمی سبزیاں شامل کرنا ضروری ہے۔ اسی طرح حالات اجازت دیں تو اعتدال کے ساتھ خشک میوے بھی کھائے جا سکتے ہیں۔ ان کے استعمال سے جسم میں حرارت اور توانائی برقرار رہتی ہے۔

کھانے پر توجہ کے ساتھ یہ بھی ضروری ہے کہ دن میں سات سے آٹھ گلاس پانی بھی پیا جائے۔ اس کی کمی سے جسم میں مضر اجزا زیادہ جمع ہونے لگتے ہیں۔ اس کے علاوہ آنتوں کا فعل سست پڑ جاتا ہے۔ جنہیں میسر ہو، دودھ بھی پینا چاہیے۔

ورزش بہت ضروری ہے:

ورزش ہر انسان کیلئے غذا اور پانی ہی کی طرح ضروری ہوتی ہے۔ خاص طور پر جاڑوں میں اس کے اہتمام سے جسم کی توانائیاں بیدار ہو جاتی ہیں۔ ورزش کے علاوہ اس بات پر بھی توجہ کرنی چاہیے کہ جسم کو فولاد والی غذائیں زیادہ ملیں کیوں کہ خون کے سرخ ذرات کی کمی سے آکسیجن بھی کم جذب ہوتی ہے جس کے نتیجے میں سردی زیادہ لگتی ہے۔ خوبانی، مویز منقا، پستہ، کھجور، سیب، چقندر، پالک اور شلجم کے استعمال سے فولاد کی کمی دور کی جا سکتی ہے۔ تازہ کلیجی فولاد کے علاوہ حیاتین ''ب'' اور ''الف'' کا بہترین ذریعہ ہوتی ہے۔ جاڑوں سے نہ گھبرائیے بلکہ اس کا مقابلہ اچھی غذا اور مناسب ورزش سے کیجئے۔ یہ موسم آپ کو سال بھر کیلئے صحت وتوانائی دے جائے گا۔

عیش پرستی اور ٹینشن کا روگ

(رفعت خانم، فیصل آباد)

آجکل جس کو دیکھو وہ روپیہ نہ ہونے یا بے برکتی کی شکایت کرتا ہے۔ میں پوری ایمانداری سے کہتی ہوں کہ حلال ذریعے سے کمایا جانے والا پیسہ اپنے اندر بے برکتی نہیں رکھتا۔ حرام ذریعے سے لاکھوں بھی کما لیے جائیں تو بھی ان کے خرچ ہونے کا پتہ نہیں چلتا۔

فی زمانہ ہر شخص ڈپریشن اور ٹینشن کا رونا روتا ہے۔ ٹینشن کیا ہے؟ کبھی کسی نے سوچا کہ آج سے تقریباً بیس برس قبل تک اس بیماری کا نام ونشان بھی موجود نہ تھا پھر چند سالوں میں کیوں یہ بیماری اتنی عام ہوگئی۔ تقریباً ہر قوم کے لوگ اس کا شکار ہیں۔ ہر انسان کا اپنا ایک نقطۂ نظر ہوتا ہے۔ وہ اپنے ذہن کے زاویے سے سوچتا ہے۔ میں سمجھتی ہوں کہ مادی آسائشوں اور زندگی کی ضروریات (تعیش جسے ہم نے ضرورتوں کا نام دے رکھا ہے) کے پیچھے بھاگنا اور حرام و حلال کی تمیز کیے بغیر پیسہ بنانے کی دوڑ میں شامل ہونے اور ہر ذریعہ استعمال کرنے کے بعد بھی ''گوہر مقصود'' حاصل نہ کر سکنے کو لوگوں نے ڈپریشن اور ٹینشن کا نام دے دیا ہے۔ فی زمانہ ہر شخص مادی چیزوں کے پیچھے بھاگ رہا ہے۔ دوسرے پر سبقت لے جانے کی کوشش میں وہ جن پستیوں میں گر رہا ہے اس کا اسے احساس تک نہیں۔ حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کے صحابہ اکرامؓ دوسروں سے سبقت لے جانے کی کوشش کرتے تھے لیکن نیک کاموں میں اور خدمتِ خلق میں اور آج ہم جو آپ ﷺ کے اُمتی تو ہیں مگر کہاں جا رہے ہیں؟ سوچیں سب کی انفرادی سوچ ہے۔ ہر کوئی اپنا بھلا چاہتا ہے۔ بھولے سے بھی کسی کو یہ توفیق نہیں ہوتی کہ کسی کے بھلے کے بارے میں سوچ لے۔ بیشک دنیا میں کچھ لوگ ایسے بھی ہیں جو لوگوں کے بھلے اور ان کی خدمت کیلئے کوشاں ہیں۔ ان کے دم سے ہی دنیا آباد ہے مگر جب بات اجتماعی سوچ کی آتی ہے تو لوگوں کے رویۓ حاسدانہ خیالات اور دوسروں کے بارے میں برا چاہنا ہی ہمارا شیوہ بن گیا ہے۔ میری کلاس فیلو تھی اس کے والد بہت بڑے عہدے پر تھے اور 40 ہزار ان کی تنخواہ تھی گو کہ ان کی فیملی بھی بہت بڑی نہ تھی مگر پھر بھی وہ اور ان کی اہلیہ ہر وقت یہ واویلا مچائے رکھتے کہ گزارا نہیں ہوتا۔ یہ آج سے تقریباً آٹھ برس پہلے کی بات ہے۔ ایک دن میں اپنی والدہ کے ساتھ ان کے گھر گئی تو آنٹی باتھ روم میں تھیں اور کوئی گھر پر نہ تھا۔ ان کے انتظار میں ان کی نوکرانی سے وقت گزاری کیلئے باتیں شروع کر دیں۔ میں اس وقت حیران رہ گئی جب اس نے کہا کہ ہم دونوں میاں بیوی مل کر مہینے کا پانچ ہزار کما لیتے ہیں۔ تین بچے ہیں، سکول میں پڑھتے ہیں۔ الحمدللہ گزارا ہو جاتا ہے۔ میں اس کا موازنہ اس کی مالکہ سے کرنے لگی اور سوچا کہ لوگوں کے ذہنوں میں کتنا تضاد ہے۔ حالانکہ یہ عورت بالکل ان پڑھ ہے مگر خدا پر توکل رکھے ہوئے ہے۔

آجکل جس کو دیکھو وہ روپیہ نہ ہونے یا بے برکتی کی شکایت کرتا ہے۔ میں پوری ایمانداری سے کہتی ہوں کہ حلال ذریعے سے کمایا جانے والا پیسہ اپنے اندر بے برکتی نہیں رکھتا۔ حرام ذریعے سے لاکھوں بھی کما لیے جائیں تو بھی ان کے خرچ ہونے کا پتہ نہیں چلتا۔ قارئین! آپ سے صرف اتنا کہنا چاہتی ہوں کہ ذرا اپنے ذریعہ معاش کا طریقہ مدنظر رکھیں۔ حلال روزی کمائیں گے تو برکت ہوگی۔ آزمائش شرط ہے۔ خدا پر توکل کی بجائے دنیا داروں کی طرف متوجہ ہونا دوسری اہم وجہ ہے۔ یہ جو بے سکونی ہے اس کو دور کرنے کیلئے نماز قائم کریں۔ میں کہتی ہوں کہ اگر آپ چالیس دن متواتر نماز ادا کرلیں تو پھر اس کے بعد کوئی رکاوٹ نہ ہوگی اور آپ خود بخود نمازی بن جائیں گے۔ دوسروں کو اگر کچھ دے نہیں سکتے تو ان کے بارے میں برا چاہنے اور سوچنے کی بھی ہمارے مذہب میں ممانعت ہے۔ اگر یہ لعنت ہم چھوڑ دیں تو ہمارا معاشرہ بہت سی برائیوں سے پاک ہوسکتا ہے۔ بات صرف سوچنے کی ہے مگر وقت ہی کم ملتا ہے دوسروں کے بارے میں سوچنے کا کیونکہ ہمیں خود سے ہی فرصت نہیں ہے۔ ہم اپنی زندگی کو سہل بنانے کیلئے دوسروں کا حق مارنے، حسد وانتقام کی آگ اور حرام کمائی حاصل کرنے کے نت نئے طریقے ایجاد کر رہے ہیں۔ کبھی یہ بھی سوچا ہے کہ ہم اللہ سے وعدہ کر کے آئے ہیں۔ ہمیں اُسی کی طرف لوٹنا ہے۔ جب عزرائیل (علیہ السلام) آئیں گے تو کوئی عذر نہ سنیں گے۔ تب ہمیں یہ دنیا چھوڑ کر جانا ہی ہوگا۔ یہ فانی دنیا چھوڑ کر اس ہمیشگی کی دنیا کی طرف۔ ہم میں سے کتنے ہیں جنہوں نے وہاں کیلئے اثاثہ اکٹھا کیا ہے۔ کیونکہ وہاں مال ودولت کام نہیں آئے گا بلکہ صرف اپنے اعمال۔ اعمال میں نماز اور بدنی عبادتوں کے بعد رزقِ حلال کا نام سرفہرست ہے۔ آیئے مل کر عہد کریں کہ اللہ نے ہمیں جو مہلت دی ہے (اس میں سے بہت وقت گزر چکا جو باقی ہے) اس میں نیک اعمال کی طرف توجہ دی جائے تاکہ ان بیماریوں سے نجات حاصل ہوجائے اور (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

ماہانہ روحانی محفل

ناممکن روحانی مشکلات اور لاعلاج جسمانی بیماریوں سے نجات

23 جنوری 2009ء بروز جمعۃ المبارک کو نماز جمعہ کے بعد 52 منٹ تک ہماری ہماری روحانی محفل ہوگی۔ نماز جمعہ سے فارغ ہوکر 52 منٹ تک **حَسْبُنَا اللّٰہُ وَ نِعْمَ الْوَکِیْلُ یَـا عَزِیْزُ یَا لَطِیْفُ** پڑھیں۔ خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ پڑھیں کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سونی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور تصور کے ساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ 52 منٹ مکمل ہونے کے بعد دل وجان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز واقارب کے لیے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہوں گی۔

(نوٹ:) خواتین ناپاکی کے ایام میں بغیر مصلے کے بھی باوضو ہوکر روحانی محفل میں شرکت کرسکتی ہیں۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن، ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔ (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہٗ)

روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ

امتحان میں کامیابی/شادی ہوگئی

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! اللہ تعالیٰ آپ کو ڈھیر ساری خوشیاں، کامیابیاں، ترقیاں عطا فرمائے۔ آپ کی ساری مشکلات، پریشانیاں اور مصیبتیں دور فرمائے۔ آپ کا خاتمہ بالخیر کرے۔ ایمان کی مضبوطی عطا فرمائے اور اللہ آپ کو ہمت دے کہ آپ اسی طرح سے انسانوں کی بھلائی کے لیے کام کرتے رہیں اور آپ کو صحت وتندرستی عطا فرمائے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 17 پر)

عشق مجازی کا بھیانک انجام

آجکل اس کی حالت ناقابل بیاں ہے۔ ہروقت سوچتا رہتا ہے۔ اسے معلوم ہے کہ میں نے اسے بددعادی تھی مگر میں بہت مجبور تھا۔ جتنی شدت کے ساتھ میں نے اسے چاہا اگر اتنی محبت خدا سے کرتا تو وہ مجھے ولی بنادیتا۔ اس نے مجھے اور میرا گھر تباہ کیا۔

(سید اختر علی شاہ، روہڑی)

یہ 2002ء کا واقعہ ہے میں ریلوے ہسپتال روہڑی میں بطور ڈسپنسر ملازمت کرتا تھا۔ ملازمت کا 28واں سال تھا۔ فارغ وقت میں کالج کے لڑکے اور لڑکیوں کو ٹیوشن پڑھایا کرتا تھا۔ میرے پاس محلے کا ایک لڑکا پڑھنے کیلئے آتا تھا۔ جس کا نام فیضان انور تھا۔ ڈبلا پتلا سانولے رنگ کا لڑکا تھا اور میٹرک کا طالب علم تھا۔ اس کے چہرے پر ایک خاص کشش تھی۔ میں نے محسوس کیا کہ میں اس کی محبت میں گرفتار ہو گیا ہوں۔ بہت پریشان ہوا۔ آخر کار ایک روز دل کے ہاتھوں مجبور ہو کر اس سے اظہار کر دیا اور یہ بھی بتا دیا کہ اس میں کوئی منفی جذبہ نہیں ہے بلکہ میں چاہتا ہوں کہ ہم زیادہ سے زیادہ وقت اکٹھا گزاریں اور اچھی اچھی باتیں کریں۔ میں اسے ایک بلند مقام پر دیکھنا چاہتا تھا۔

اس نے میری محبت کو قبول کر لیا اور ہم دونوں کا زیادہ تر وقت ایک ساتھ گزرنے لگا۔ اس وقت اس کی عمر 15 سال اور میری 48 سال تھی۔ لوگوں کو ہماری دوستی ایک آنکھ نہ بھائی اور ہم دونوں کے گھر والوں کو بھڑکانا شروع کر دیا۔ جس کے نتیجے میں ہم دونوں کے اہل خانہ ہماری دوستی کے خلاف ہو گئے۔

ہم دونوں ایک دوسرے کے بغیر نہیں رہ سکتے تھے چنانچہ چوری چھپے ملتے رہے۔ ہم دونوں کے حالات تقریباً ایک جیسے تھے۔ اسے گھر میں کسی کا پیار نہ ملا تھا۔ والدہ فوت ہو چکی تھی اور میرا معاملہ بھی ایسا ہی تھا۔ میں شادی شدہ اور دو لڑکے اور دو لڑکیوں کا باپ تھا۔

اس کا میٹرک میں ڈی گریڈ آیا تو اس کے والد نے اسے کالج میں داخلہ دلانے سے انکار کر دیا۔ میں نے اسے ایک پرائیویٹ کالج میں داخلہ لے دیا اور اس کے سارے اخراجات کا ذمہ لے لیا۔ اسے پڑھنے کا خاص شوق نہیں تھا وہ زیادہ تر دوستوں کے ساتھ رہتا تھا جن کی صحبت اچھی نہیں تھی۔ میں نے بہت منع کیا مگر وہ نہ مانا۔ پرائیویٹ کالج کے اخراجات کو مدنظر رکھتے ہوئے میں نے اس کی خاطر ملازمت چھوڑنے کا فیصلہ کیا جس کی میرے گھر والوں نے بھرپور مخالفت کی مگر میں نے پرواہ نہ کی اور ریٹائرمنٹ لے کر میڈیکل سٹور کھول لیا۔ اسے اپنے ساتھ کاروبار میں شامل کر لیا۔ تقریباً 6 ماہ بعد کافی خسارے کے بعد اسٹور بند کرنا پڑا۔ کچھ عرصے بعد ہم نے فیصلہ کیا کہ کراچی چلے جائیں چنانچہ وہ میری خاطر کراچی چلا گیا جہاں ہم دونوں نے مختلف ملازمتیں کیں اور چھ ماہ ساتھ رہے۔ ایک روز اس کے چچا نے اسے دیکھ لیا اور اسے پکڑ کر لے گیا۔ اس کے بعد میں بھی واپس روہڑی آگیا اور وہ بھی۔

اس واقعہ کے بعد اس کے رویئے میں بڑی تبدیلی آگئی۔ وہ مجھ سے بات کرتے ہوئے کتراتا تھا۔ میں اس کے بغیر ایک پل بھی نہیں رہ سکتا تھا۔ وہ اپنے دوستوں میں مگن اور میں اس کی یاد میں۔ آخر کار میں نے اس سے ملاقات کی تو میری آنکھوں میں آنسو آگئے اور میں اتنا روپا کہ بس...... اس پر کوئی اثر نہ ہوا۔ تین روز تک میری یہی کیفیت رہی، آنسو تھے کہ تھمنے کا نام نہیں لیتے تھے۔

میں نے تنگ آکر اسے بددعا دی فیضان خدا کرے تم بھی کسی کی محبت میں گرفتار ہو جاؤ اور جیسا سلوک تم نے مجھ سے کیا ہے وہ بھی تمہارے ساتھ ویسا ہی سلوک کرے۔ خدا کرے تمہیں بھی سکون نہ ملے۔ کہتے ہیں کہ دل سے نکلی ہوئی دعا تو عرش بھی ہلا دیتی ہے اس کے ساتھ بھی ایسا ہی ہوا اور وہ ایک لڑکی کی محبت میں گرفتار ہو گیا۔ اس لڑکی نے کوئی توجہ نہ دی اس نے نشے کا سہارا لیا۔

آجکل اس کی حالت ناقابل بیاں ہے۔ ہروقت سوچتا رہتا ہے۔ اسے معلوم ہے کہ میں نے اسے بددعادی تھی مگر میں بہت مجبور تھا۔ جتنی شدت کے ساتھ میں نے اسے چاہا اگر اتنی محبت خدا سے کرتا تو وہ مجھے ولی بنا دیتا۔ اس نے مجھے اور میرے گھر کو تباہ کیا۔ میں بیروزگار پھر رہا ہوں۔ میرے بچے میری عزت نہیں کرتے۔ مقروض ہو چکا ہوں مگر سوچتا ہوں کہ کاش اسے بددعا نہ دیتا یا پھر اپنے جذبے پر قابو رکھتا اور اس سے محبت نہ کرتا۔ پڑھنے والوں سے التماس ہے کہ ہم دونوں کیلئے سکون قلب کی دعا کریں۔

قارئین! یہ عبرت انگیز کہانی پڑھ کر کیا آپ کے اندر کچھ احساس ہوا کہ محبت کے لائق کون ہے:

کسی خاک پر مت کر خاک اپنی زندگی کو
جوانی کر فدا اس پہ کہ جس نے دی جوانی کو

معالج کچنار کی خوبیاں

اس کے اجزاء میں نمکیات اور وٹامن سی ہوتے ہیں۔ معدہ کو طاقت دیتی ہے اور خون کو صاف کرتی ہے۔ موسم بہار کی عمدہ سبزی ہے۔

(ڈاکٹر غلام مصطفیٰ)

سندھی کچنار انگریزی B.Variegata موسم سرما کی عمدہ سبزی ہے۔ دراصل یہ کچنار کے درخت کی کلیاں ہیں۔ اس کی پھلیوں کا اچار بھی ڈالا جاتا ہے۔ اس کا سالن بہت مزے دار ہوتا ہے۔ بغیر پھول کھلے کچنار بطور سبزی پکائی جاتی ہے۔ اس کے اجزاء میں نمکیات اور وٹامن سی ہوتے ہیں۔ اس کا مزاج سرد خشک ہوتا ہے۔ اس لیے اس کو پکاتے وقت گھی کا زیادہ استعمال کرنا چاہیے۔ کچنار استعمال کرنے سے حسب ذیل فوائد ہوتے ہیں۔

(1) بواسیر کو ختم کرتی ہے۔ خشک کلیوں کے سفوف میں ہم وزن مصری ملا کر ایک ماشہ روزانہ مکھن کے ساتھ چاٹنے سے خونی بواسیر ایک ہفتہ میں بالکل ٹھیک ہو جاتی ہے۔ (2) معدہ کو طاقت دیتی ہے اور خون کو صاف کرتی ہے۔ خون صاف کرنے کیلئے کچنار کی چھال پانچ تولہ ایک پاؤ پانی میں جوش دے کر چھان کر تین تولہ شہد ملا کر پینا چاہیے۔ ایک ہفتہ استعمال کریں۔ (3) انتڑیوں کے کیڑوں کو مارنے کیلئے کچنار کا جوشاندہ پلاتے ہیں۔ (4) پیٹ کے کیڑے بھی کچنار کھانے سے ہلاک ہو کر جسم سے خارج ہو جاتے ہیں۔ (5) کچھ اطباء کا کہنا ہے کہ پوست کچنار کا کاڑھا سونٹھ میں ملا کر دینے سے خنازیر، پھوڑے، پھنسیاں اور سفید داغ دور ہو جاتے ہیں۔ (6) کچنار کے پھولوں کا پلٹس بنا کر پھوڑے پر باندھنے سے پھوڑا جلدی پک جاتا ہے۔ اور تمام گندا مواد خارج ہو جاتا ہے۔ (7) سنگرہنی کے مریضوں کو کچنار بے حد فائدہ دیتی ہے۔ (8) بلڈ پریشر میں یہ بہترین سبزی ہے۔ (9) یہ کھانسی اور اسہال کیلئے اکسیر کا درجہ رکھتی ہے۔ (10) جن بچوں کی کانچ نکل آتی ہو انہیں کچنار کھلانے سے فوری فائدہ ہوتا ہے۔ (11) امراض نسواں میں یہ بہترین دوا ہے۔ کثرت طمث میں بے حد مفید ہے۔ (12) پیشاب کے امراض میں کچنار بہت فائدہ دیتی ہے۔ (13) باطنی زخموں کو بھر دیتی ہے۔ (14) ورم جگر کو دور کرنے کیلئے کچنار کی جڑ کی چھال کا جوشاندہ پینے سے فائدہ ہوتا ہے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 37)

عبقری 31 درد سر آدھا یا پورا: اسطخدوس اور کالی مرچ ہم وزن اور دھنیا ایک تولہ ان تمام کا سفوف بنالیں۔ دو ماشہ صبح و شام پانی سے لیں۔

نگاہ مردِ مومن اور سائنسی ریسرچ

اللہ کے نیک بندے جنہوں نے اپنے نفس پر قابو پالیا ہوتا ہے ان میں یہ قوت پیدا ہو جاتی ہے اور پھر جب وہ کسی کو منہ سے دم یا پھر ہاتھ پھیر دیتے ہیں تو بیمار صحت مند ہو جاتے ہیں۔

(ڈاکٹر حسن اختر ملک)

اللہ رب کریم کی تخلیق یہ جہان جس میں زمین، چاند، سورج، مریخ اور سب دوسرے ستارے اور پھر ان ستاروں کی Galaxies شامل ہیں۔ ان سب کو اللہ تعالیٰ نے مقناطیسی قوت سے متوازن کیا ہوا ہے۔ اس طرح ہر کوئی اپنی اپنی جگہ پر قائم ہے اور وہاں سے ہل نہیں سکتا۔ اس طرح ایک انسان بھی ان تمام جہانوں کا ایک چھوٹا سا حصہ ہے۔ اس میں بھی اسی قسم کی خصوصیات ہیں۔ حقیقت میں انسان بذاتِ خود ایک چھوٹا سا جہان ہے۔ ایک انسان کا جسم بھی زمین اور دوسرے ستاروں کی طرح مقناطیسی قوت سے ہی متوازن کیا گیا ہے۔ انسان اصل میں تین حصوں پر مشتمل ہے۔ جسم، دماغ اور روح۔ انسانی دماغ ایک قسم کی روحانی لہروں سے ہی کام کرتا ہے۔ جنہیں دوسرے الفاظ میں برقی مقناطیسی لہریں کہہ سکتے ہیں۔ یہ قوت انسان کے اچھے یا برے ہونے کے لحاظ سے تبدیل ہوتی رہتی ہے۔ جو شخص پرہیزگار، عبادت گزار اور اللہ کا ذکر کرنے والا ہوگا اس میں یہ برقی مقناطیسی قوت زیادہ ہوگی۔ اس کا ثبوت آپ اپنے بزرگانِ دین میں دیکھ سکتے ہیں۔ یہاں میں ایک مثال بیان کرتا ہوں۔ آپ جانتے ہیں کہ مولانا روم کتنے بڑے بزرگ تھے اور کتنے بڑے عالم لیکن ان کے پاس یہ برقی مقناطیسی لہروں کی قوت یا یوں کہیں روحانی قوت موجود نہ تھی جب تک وہ شاہ شمس تبریز کے غلام نہ بنے۔ وہ خود فرماتے ہیں۔

مولوی ہرگز نہ شد مولائے روم
تا غلام شمس تبریز نہ شد

اصل میں شاہ شمس نے اپنے اوپر اس قوت روحانی کو اتنا غالب کر لیا تھا کہ وہ اللہ کے مقرب بندے بن گئے اب جو کوئی ان کے ساتھ لگتا اُس میں بھی وہ خصوصیات پیدا ہو جاتی۔

ان کا ہی ایک شعر ہے۔

ہر کہ خواہد ہمنشینی باخدا
او نشیند در حضور اولیاء

ترجمہ: اگر جو کوئی اللہ کی ہم نشینی چاہتا ہے وہ اولیاء کی محفل میں بیٹھے۔

اولیاء اللہ عبادت اور ریاضت سے اللہ کا قرب حاصل کر لیتے ہیں۔ ان میں یہ قوت پیدا ہو جاتی ہے یا آپ یوں کہہ سکتے ہیں کہ جب وہ کسی بیمار کو دم کرتے ہیں یا اپنے ہاتھ سے چھوتے ہیں تو اللہ کے حکم سے ان کی ان لہروں کی وجہ سے بیمار صحت مند ہو جاتا ہے۔ ہمارے دین اسلام میں ایسے اشخاص کی بہت سی مثالیں ملتی ہیں۔ مضمون کے توالت کی وجہ سے اسے یہاں بیان نہیں کر سکتا۔

بڑے لوگوں کی مقناطیسی قوت:

جن لوگوں نے اللہ کی عبادت کی اور اپنے نفس کو مار لیا تو پھر ان میں یہ روحانی قوت یا روحانی طاقت کی لہریں پیدا ہو جاتی ہیں جیسا کہ علامہ اقبال فرماتے ہیں۔

نگاہِ مردِ مومن سے بدل جاتی ہیں تقدیریں
جو ہو یقیں پیدا تو کٹ جاتیں ہیں زنجیریں

اللہ تعالیٰ نے پیغمبروں اور رسولوں کو یہ قوت دے کر اس جہاں میں بھیجا ہے۔ جیسا کہ آپ جانتے ہیں کہ حضرت عیسیٰ علیہ السلام کو اللہ پاک نے یہ قوت دے رکھی تھی کہ وہ مردوں کو زندہ کر دیتے تھے اور کوڑھ والوں کو ٹھیک کرتے تھے۔ اسی طرح ہمارے نبی پاک حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کے پاس بھی یہ قوت موجود تھی۔ جس کی کئی ایک مثالیں آپ نے پڑھی ہونگی۔ مثلاً انگلیوں سے پانی نکلنا۔ لعاب دہن سے زخموں کا ٹھیک ہو جانا۔ پسینے کی خوشبو۔ یہ سب اللہ کی طرف سے برقی قوت کی لہریں تھیں۔ آپ یہ بھی جانتے ہیں جب انسان میں یہ صفات پیدا ہو جاتی ہیں تو لوگ ان کی طرف بھاگے آتے ہیں۔ حضرت علی ہجویریؒ اور حضرت معین الدین چشتیؒ اور سب دوسرے بزرگ جنہوں نے مختلف سلسلے شروع کیے ان میں اپنی کشش تھی جو اللہ پاک کی طرف سے عطا کردہ تھی۔ جس سے ہزاروں لوگ مسلمان ہو گئے۔

حضرت سلطان باہوؒ کے متعلق مشہور ہے کہ ابھی وہ بچے ہی تھے تو جب ان کو باہر لایا جاتا تو کافر دیکھ کر مسلمان ہو جاتے۔ ان کے جسم سے اسی قسم کی لہریں نکلتی تھیں۔ وہ کافر لوگ کہتے ہیں ان کو دیکھ کر ہمیں پتہ نہیں کیا ہو جاتا ہے۔ یہ طاقت آپ بھی حاصل کر سکتے ہیں۔ اس کے لیے کسی مرشد کے ہاتھ پر بیعت ہونا اور پھر اللہ تعالیٰ کی مسلسل عبادت کرنے سے آپ میں بھی یہ قوت پیدا ہو سکتی ہیں۔

ذاتی مقناطیسی روحانی قوت:

یہ بات تجربے میں آئی ہے کہ مرد یا عورت میں جب یہ خوبی پیدا ہوتی ہے تو لوگ ان کی طرف کھنچے چلے آتے ہیں۔ ایسے انسانوں میں درحقیقت ایک مقناطیسی کشش ہوتی ہے۔ جو تقویٰ اختیار کرنے، اللہ کی عبادت اور نیک کام کرنے سے حاصل ہوتی ہے۔ بعض اوقات یہ قوت اللہ رب کریم اپنے مقرب بندے کو بطور تحفہ بھی دیتے ہیں۔ یہ لوگ اندر اور باہر سے بالکل صاف ہوتے ہیں۔ زندگی میں آپ نے اکثر دیکھا ہوگا کہ منفی قوتیں کس طرح اثر انداز ہوتی ہیں۔ ہر برے کام میں بہت کشش ہوتی ہے۔ بعض اوقات ان منفی لہروں کی وجہ سے کئی کام خراب ہو جاتے ہیں حالانکہ وہی کام کسی دوسرے مثبت طریقے کے کرنے سے فوراً جاتے ہیں۔ عبادت گزار لوگ، اچھے کام کرنے والے، برائی اور اچھائی کی قوتوں کو اس طرح کنٹرول کرتے ہیں کہ برائی اچھائی سے بڑھ نہیں سکتی۔ اس کی مثال ایک لوہے کے ٹکڑے کی ہے۔ جب اس کے مالیکیول کو سیدھا کر دیا جاتا ہے تو مقناطیسی لہریں ایک سرے سے باہر نکلتی ہیں اور دوسرے میں داخل ہوتی ہیں۔ یہ ٹکڑا مقناطیس بن جاتا ہے اور اس سے کئی ایک کام لیے جا سکتے ہیں۔ اس طرح اللہ کے نیک بندے جنہوں نے اپنے نفس پر قابو پالیا ہوتا ہے ان میں یہ قوت پیدا ہو جاتی ہے اور پھر جب وہ کسی کو منہ سے دم یا پھر ہاتھ پھیر دیتے ہیں تو بیمار صحت مند ہو جاتے ہیں۔ اب ہم آپ کو ان لوگوں کے بارے میں بتاتے ہیں جو غیر مسلم ہیں لیکن اس مقناطیسی قوت کو مانتے ہیں۔ اس جدید زمانے میں یورپ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

خارش سے نجات کا روحانی ٹوٹکہ

2 رکعت نماز نفل پڑھیں اور اس کا ثواب حضرت نوح علیہ السلام کی روح کو بخش دیں۔ یہ عمل روزانہ کریں۔ چند دنوں میں خارش بالکل ختم ہو جائے گی۔ اٹک میں ایک عورت کے ہاتھوں میں بہت زیادہ خارش تھی۔ وہ خاتون علاج کرا کر تھک گئی تھی اور بہت سے روپے بھی ضائع کر چکی تھی۔ خارش کی بیماری اسے کئی سالوں سے تھی اور اس بیماری کی وجہ سے اس نے کچن کے کام کاج کیلئے ایک مستقل نوکرانی رکھی ہوئی تھی۔ میں نے اسے یہ نفل بتائے۔ اس نے چند دن یہ نوافل اوپر بتائی ہوئی ہدایت کے مطابق پڑھے تو اس کے ہاتھ بالکل ٹھیک ہو گئے۔ وہ بہت خوش ہوئی، اب گھر کا ہر کام خود اپنے ہاتھ سے کرتی ہے۔ (شہناز خٹک، اٹک)

دردسر آدھا پورا: اسطخدوس اور کالی مرچ ہم وزن اور دھنیا ایک تولہ ان تمام کا سفوف بنالیں۔ دو ماشہ صبح و شام پانی سے لیں۔

زچگی کے بعد خواتین کے مسائل

حاملہ خواتین میں نفسیاتی مسائل خصوصاً افسردگی میں مبتلا ہو جانے کے امکانات غیر حاملہ عورتوں کے مقابلے میں بہت ہی کم ہوتے ہیں، لیکن زچگی کے بعد ان عورتوں میں بھی جن پر کوئی ذہنی دباؤ نہیں ہوتا اس قسم کے امراض کا شکار ہونے کی شرح بڑھ جاتی ہے۔

(ڈاکٹر شمشاد اختر)

بچے کی پیدائش کے بعد اکثر خواتین بظاہر کسی سبب کے بغیر شدید افسردگی (ڈپریشن) کا شکار ہو جاتی ہیں۔ وہ روتی چلاتی ہیں اور بچے میں کوئی دلچسپی نہیں لیتیں۔ ایسا لگتا ہے جیسے ان کی شخصیت بالکل ہی بدل گئی ہو۔

اگرچہ ایسی خواتین اور ان کے شوہروں کیلئے یہ بڑا ہی تکلیف دہ تجربہ ہوتا ہے لیکن ماہرین نفسیات کے نزدیک یہ کوئی نئی بات نہیں ہے۔ بے خبری کی وجہ سے بیشتر خواتین کسی ماہر نفسیات سے رجوع نہیں کرتیں اور بلاضرورت ایک ایسی تکلیف دہ کیفیت کو برداشت کرتی رہتی ہیں جس کا علاج ممکن ہے۔ دیکھا گیا ہے کہ حاملہ خواتین میں نفسیاتی مسائل خصوصاً افسردگی میں مبتلا ہو جانے کے امکانات غیر حاملہ عورتوں کے مقابلے میں بہت ہی کم ہوتے ہیں، لیکن زچگی کے بعد ان عورتوں میں بھی جن پر کوئی ذہنی دباؤ نہیں ہوتا اس قسم کے امراض کا شکار ہونے کی شرح بڑھ جاتی ہے۔ یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ ان عورتوں میں جن پر اچھا خاصا ذہنی دباؤ ہوتا ہے اور ان میں جنہیں خاطر خواہ جذباتی سہارے حاصل ہوتے ہیں اس کیفیت میں مبتلا ہو جانے کے امکانات یکساں ہوتے ہیں۔ اس سے یہ بات ظاہر ہوتی ہے کہ یہ کیفیت کسی نفسیاتی الجھن کی وجہ سے نہیں بلکہ زچگی کے بعد جسم میں حیاتیاتی (Biological) تبدیلیوں کی بنا پر پیدا ہوتی ہے۔ اس کا یہ مطلب نہیں ہے کہ نفسیاتی عوامل کا اس مسئلے سے قطعاً کوئی سروکار نہیں بلکہ اس سے یہ ظاہر ہوتا ہے کہ اس میں ان کا کردار محدود ہے۔ حالیہ تحقیق سے پتا چلتا ہے کہ زچگی کے بعد زچہ کے بدن میں ہونے والی حیاتیاتی تبدیلیاں جو ذہنی الجھنوں کو جنم دیتی ہیں، زیادہ تر ہارمونز سے تعلق رکھتی ہیں۔ اگرچہ اس کے مکمل میکانزم کا تو ابھی تک علم نہیں ہو سکا ہے مگر ایسا لگتا ہے کہ اس میں ایسٹروجین، پروجیسٹرون، کورٹی سول، تھائرائڈ ہارمون اور دماغ سے وابستہ غدۂ نخامیہ (پچوٹری گلینڈ) غدود کے ہارمون کی سطح میں تبدیلیوں کا دخل ہے۔ زچگی کے بعد کی ذہنی علالت کی تین قسمیں ہیں۔

زچگی کی پژمردگی (Maternity Blues)

زچگی کے بعد کی افسردگی (Postpartum Depression)

زچگی کے بعد نفسیاتی الجھن (Postpartum Psychosis)

زچگی کی پژمردگی

زچگی کے بعد کی علالت کی یہ قسم سب سے زیادہ عام ہے اور 50 سے 70 فیصد مائیں اس میں مبتلا ہوتی ہیں۔ اس بیماری میں مریضہ چیختی چلاتی ہے اور اس کا موڈ بدلتا رہتا ہے۔ یہ کیفیت زچگی کے تین یا چار دن بعد شروع ہوتی ہے اور عموماً دس دن سے زیادہ باقی نہیں رہتی۔ یہ زچگی کے بعد کی بیماریوں میں سب سے زیادہ ہلکی ہے۔ اس میں کسی علاج کی ضرورت نہیں ہوتی۔ بس مریضہ کی دل جوئی کرتے رہنا چاہیے۔

زچگی کے بعد کی افسردگی

یہ افسردگی درمیانے سے لے کر شدید درجے تک کی ہوسکتی ہے۔ یہ کیفیت بچے کی پیدائش کے چند ہفتوں بعد رفتہ رفتہ طاری ہونے لگتی ہے۔ علامتوں میں نیند میں کمی، کمزوری، تھکن، بدن میں درد اور معمول کی پسندیدہ سرگرمیوں سے عدم دلچسپی شامل ہیں۔ یہ بیماری بے چینی سے شروع ہوتی ہے جو بعد میں افسردگی کی شکل اختیار کر لیتی ہے۔

اس طرح کی کیفیت دس سے پندرہ فیصد ماؤں کو لاحق ہوتی ہے لیکن اگر کوئی عورت ایک بار اس علامت سے گزر جائے تو اگلی زچگی کے بعد اس کی کیفیت میں مبتلا ہونے کے امکانات محض پچاس فیصد رہ جاتے ہیں لیکن ان کے معالج کو چاہیے کہ وہ صورت حال پر نظر رکھے۔ اگرچہ اس نوعیت کی علالت زچگی کی پژمردگی کی نسبت کم ہوتی ہے لیکن اس کے اثرات زیادہ شدید ہوتے ہیں اور مریضہ مہینوں ان میں مبتلا رہتی ہے۔ خصوصاً اگر فوراً اس کی تشخیص کر کے علاج شروع نہ کر دیا جائے۔

زچگی کے بعد نفسیاتی الجھن

زچگی کے بعد کی علالتوں میں یہ سب سے زیادہ شدید اور پریشان کن ہوتی ہے۔ یہ عموماً بچے کی پیدائش کے بعد تیسرے اور چوتھے ہفتوں کے درمیان شروع ہوتی ہے۔ اس کا آغاز نیند کم ہو جانے اور اضطرابی کیفیت پیدا ہونے سے ہوتا ہے۔ پھر جلد ہی مریضہ وسوسوں اور وہم میں مبتلا ہونے لگتی ہے۔ مثلاً وہ اپنوں پر شک کرنے لگتی ہے کہ کہیں انہوں نے اس کے کھانے میں زہر نہ ملا دیا ہو۔ پھر اسے ایسی باتیں سنائی دینے لگتی ہیں اور ایسی صورتیں نظر آنے لگتی ہے جن کا کوئی حقیقی وجود نہیں ہوتا۔ مختصر یہ کہ اس کی حالت ایک ایسے شخص کی طرح ہو جاتی ہے جو اپنا ذہنی توازن کھو چکا ہو۔ عموماً یہ صورت حال کئی ماہ تک برقرار رہتی ہے لیکن اگر بروقت مناسب علاج کرا لیا جائے تو یہ مدت کم بھی ہو سکتی ہے۔

زچگی کے بعد کی علالتوں میں یہ قسم ایسی ہے جس کے ہونے کا امکان سب سے کم ہوتا ہے، یعنی 500 زچگیوں میں ایک۔ لیکن اگر کوئی عورت اس علالت کا ایک بار شکار ہو جائے تو اگلی زچگی کے دوران اس میں مبتلا ہونے کے امکانات تین میں ایک ہو جاتے ہیں۔ اس کیفیت میں مریضہ خود اپنا بھی خیال نہیں رکھ سکتی، بچے کا کیا رکھے گی۔ اس بیماری کا سب سے زیادہ ہولناک پہلو یہ ہے کہ ایسی عورتوں میں سے چار فیصد اپنے نوزائیدہ بچے کو قتل کر دیتی ہیں۔ یہ بیماری زچگی کے بعد کے امراض میں نہ صرف اپنی علامتوں کی وجہ سے خوفناک ہے بلکہ اس کیلئے بھی خطرناک ہے کہ اگر اس کا مناسب علاج نہ کیا جائے تو اس کے آگے چل کر پھر اُبھر آنے کے امکانات بہت زیادہ ہوتے ہیں۔ نیز اس کے نتائج شیر خوار بچے، ماں اور پورے خاندان کیلئے انتہائی تباہ کن ہو سکتے ہیں۔ اس بیماری کے حوالے سے ایک اہم بات یہ ہے کہ جتنا جلد اس کی تشخیص ہو جائے اور علاج شروع کر دیا جائے، علاج اتنا ہی زیادہ مؤثر ہوتا ہے۔ اگر کسی کو یہ مرض لاحق ہو جائے تو سب سے اچھا طریقہ یہ ہے کہ مریضہ کو ہسپتال میں داخل کرا دیا جائے اور عارضی طور پر بچے کو اس سے الگ کر دیا جائے۔ مریضہ کو گھر میں تنہا چھوڑ دیا گیا تو امکان یہی ہے کہ وہ بچے کو بھی نقصان پہنچائے گی اور خود اپنا بھی نقصان کرے گی۔

صرف رازوں کے متلاشی پڑھیں

کون عبقری کے گزشتہ رسائل سے سو فی صد فائدہ لینا چاہتا ہے اسکے روحانی انکشافات، سینے کے راز اور طبی معلومات ہر صفحہ پر موتیوں کی طرح بکھرے ہوئے ہیں یہ رسالہ نسلوں کا معالج اور ہمدرد ہے۔ روحانی، طبی اور نفسیاتی عمر بھر کی محنتوں کا انمول نچوڑ ہے۔ گزشتہ سال کے رسالہ کی مکمل فائل بارہ رسالوں پر مشتمل خوبصورت مجلد کامیاب روحانی جسمانی معالج ثابت ہوگی قیمت -/300 سو روپے علاوہ ڈاک خرچ۔

جوانی کا کمایا، بڑھاپے میں پایا

(مرزا [illegible] حسین، کراچی)

اللہ کی شان کہ آج وہ سب ہاتھ باندھے ان کے پاس آتے ہیں کہ آپ ہمارے گھر چلیں اور ہمیں خدمت کا موقع دیں۔ اس عمر میں بھی خالہ جان کا حافظہ قابل رشک ہے۔انہیں کسی قسم کی کوئی بیماری نہیں ہے۔وہ نماز بھی مکمل وضو سے ادا کرتی ہیں۔

بچپن ہی سے یہ سنتے آئے ہیں کہ ''جیسی کرنی ویسی بھرنی'' جو بیجو گے وہی کاٹو گے''۔ یہ جملہ ہمیشہ اس معنی میں استعمال ہوتا چلا آیا ہے کہ برا کرو گے، برا ملے گا اور ہمیشہ واقعات بھی ایسے ہی پڑھنے اور سننے کو ملے کہ جس میں برا کرنے والوں کا ہمیشہ برا انجام ہوا۔آج میں اپنی حقیقی خالہ محترمہ محفوظ جہاں کے بارے میں لکھنا چاہوں گی کہ واقعی انہوں نے ''جو بویا تھا آج ستاسی سال کی عمر میں وہی کاٹ رہی ہیں''

ہماری والدہ بتاتی ہیں کہ ہماری خالہ جان جو والدہ کی بڑی بہن ہیں، کو بچپن ہی سے خاندان بھر کی بوڑھی یا بیمار خواتین کی خدمت کرنے کا بہت شوق تھا۔ یہاں تک کہ گھر میں کام کرنے والی عمر رسیدہ خواتین کی بھی خبر گیری اور خدمت کرتیں۔ اللہ تعالیٰ نے ان کو ایک دردمند دل دیا تھا۔ انہیں بیمار یا بزرگ خواتین کو نہلانے دھلانے، کپڑے بدلوانے، ان کے بستروں کو صاف ستھرا رکھنے اور ان کی کنگھی چوٹی کرنے کا بہت شوق تھا۔لڑکپن سے نکل کر خالہ جان جوانی کی عمر میں آئیں تو ان کے یہ جذبے اور بڑھ گئے۔ خاندان بھر میں جہاں کہیں کسی کا دکھ یا بیماری کا حال سنتیں، اپنے شوہر جو اُن کے حقیقی پھوپھی زاد تھے، کے ساتھ پہنچ جاتیں اور مقدور بھر مریضہ کی خدمت کرتیں۔ خالہ جان رشتے دار خواتین کے ساتھ ہسپتالوں میں بھی رہیں۔ بھانجیوں، بھتیجیوں اور دیگر لڑکیوں کیساتھ ان کے یہاں ولادتوں کے موقعوں پر ساری ساری رات ان کے سرہانے کھڑے ہو کر سورۃ یٰسین اور دوسری آیات قرآنی پڑھ پڑھ کر دم کرتے ہوئے گزارتیں۔ غرض کہ دوسروں کو آرام و راحت پہنچانے کا کوئی موقع خالہ جان نے نہیں چھوڑا۔

خالہ جان کو قرآن پاک کی تلاوت کے ساتھ ساتھ سورۃ بقرہ پڑھنے کا بھی بہت شوق ہے۔انہوں نے عمر بھر ہر پریشانی، ہر تکلیف اور مشکل کی ہر گھڑی میں سورۃ بقرہ پڑھ کر دعا کی اور اللہ تعالیٰ نے ان کے سورۂ بقرہ پڑھنے پر غیر متزلزل ایمان کا ایسے مان رکھا کہ ان کی ہر پریشانی اسی تلاوت کی برکت سے دور ہوئی۔ خالہ جان اسی سال کی عمر تک نہایت چاق و چوبند رہیں پھر آہستہ آہستہ ان کے اعضاء کمزور ہونے لگے۔ ضعیفی اور کمزوری کے اس مشکل وقت میں اللہ تعالیٰ نے ہم سب کو دکھایا اور دکھا رہا ہے کہ خالہ جان نے اپنے لڑکپن اور جوانی میں جو بویا تھا آج وہی کاٹ رہی ہیں۔ کئی سال سے ان کے بھتیجوں اور بھانجوں نے ان کیلئے پندرہ ہزار روپے ماہوار پر ایک کل وقتی نرس رکھی ہوئی ہے جو ان کو ایسے ہی نہلاتی دھلاتی اور ان کی دیگر خدمات انجام دیتی ہے جیسے انہوں نے دوسروں کیلئے دی تھیں کیونکہ خالہ جان اور خالو کے کبھی اولاد نہ ہوئی اور خالو کے انتقال کے بعد وہ اپنے چھوٹے بھائی کے گھر آ گئیں تھیں ۔آج ان کے بھتیجوں نے اپنے خانساماں سے کہہ رکھا ہے کہ جیسے ہی پھوپھی اماں کے ناشتے کھانے کا وقت ہو یا وہ کوئی اور کام کو کہیں، تمام کام چھوڑ کر فوراً ان کی ٹرے کھانوں سے سجا کر ان کو پہنچائی جائے اور ان کا ہر کہنا ہمارے کہنے سے پہلے پورا کیا جائے۔ ان کے بھانجے اور بھتیجے ان کی تمام ضروریات کا اپنی ضروریات سے بڑھ کر خیال رکھتے ہیں۔ جن جن افراد کیلئے انہوں نے دعائیں کی تھیں اور وہ راتوں کو جاگی تھیں، اللہ کی شان کے آج وہ سب ہاتھ باندھے ان کے پاس آتے ہیں کہ آپ ہمارے گھر چلیں اور ہمیں خدمت کا موقع دیں۔ اس عمر میں بھی خالہ جان کا حافظہ قابل رشک ہے۔ انہیں کسی قسم کی کوئی بیماری نہیں ہے۔ وہ نماز بھی مکمل وضو سے ادا کرتی ہے۔ وہ خاندان بھر کیلئے ایک دعاؤں کا خزانہ اور ایک ایسا سایہ دار شجر ہے کہ جس کے گھنے سائے میں آ کر ہر شخص کو اطمینان قلب ملتا ہے۔ خالہ جان کو دیکھ کر یہ یقین آ جاتا ہے کہ ''جیسی کرنی ویسی بھرنی''۔ اللہ تعالیٰ انہیں ہمارے لیے صحت کے ساتھ سلامت رکھے۔ (آمین)

قارئین کی تحریروں کا انتظار

آپ نے کوئی ٹوٹکہ یا کسی بھی طریقہ علاج کو آزمایا اور تندرست ہوئے یا کسی مشکل کیلئے کوئی روحانی عمل آزمایا اور کامیاب ہوئے، آپ کے مشاہدے میں کسی پھل، سبزی، میوے کے فوائد آئے ہوں یا آپ نے کسی رسالے، اخبار میں پڑھے ہوں، کبھی جنات سے ملاقاتی مشاہدہ ہوا ہو، کوئی دینی یا روحانی تحریر ہو۔ آپ کو لکھنا نہیں آتا چاہے بے ربط لکھیں لیکن ضرور لکھیں ہم نوک پلک سنوار لینگے، اپنے کسی بھی تجربے کو غیر اہم سمجھ کر نظر انداز نہ کریں شاید جو آپ کیلئے غیر اہم اور عام ہو وہ دوسرے کی مشکل حل کر دے۔ یہ صدقہ جاریہ ہے مخلوقِ خدا کو نفع ہوگا۔ انشاءاللہ۔ آپ اپنی تحریریں بذریعہ ای میل بھی بھیج سکتے ہیں۔

ubqari@hotmail.com

سورۃ فاتحہ کا خاص عمل

سورۂ فاتحہ کو بطریق ذیل ادا کریں۔اکیس دن کا عمل ہے۔انشاءاللہ انہی دنوں کے اندر اندر آپکی حاجت یا مشکل حل ہو جائے گی۔

اگر کوئی سخت مشکل پیش آئے یا کوئی ایسی حاجت آ پڑے جو کسی طرح حل نہ ہو سکتی ہو یا فتوحات ظاہری و باطنی کی طلب ہو یا تسخیر خلائق کا اشتیاق ہو تو سورۂ فاتحہ کو بطریق ذیل پڑھیں۔ اکیس دن کا عمل ہے۔ انشاءاللہ انہی دنوں کے اندر اندر آپکی حاجت یا مشکل حل ہو جائے گی۔ کئی بار کا مجرب المجرب عمل ہے کریں اور فائدہ اٹھائیں۔ ترکیب یہ ہے کہ پاک وصاف ہو کر عشاء کی نماز ادا کریں۔ جمعہ کے دن سے اس عمل کو شروع کریں۔ نماز فریضہ عشاء سے فارغ ہونے کے بعد 14 مرتبہ درود شریف پڑھیں۔ پھر دو رکعت نماز قضائے حاجت ادا کریں۔ پھر چودہ مرتبہ درود شریف پڑھ کر سورۂ فاتحہ کی مقررہ تعداد جو نیچے لکھی گئی ہے معہ ہر بار بسم اللہ کے پوری کریں۔ پھر 14 مرتبہ درود شریف پڑھ کر اٹھ بیٹھیں۔ ہدایات یہ ہیں کہ وقت اور جگہ اور لباس کا ایک ہی ہونا ضروری ہے۔ دوسری شرط یہ ہے کہ اگر دوران وظیفہ میں کہیں غلطی ہو جائے یا تعداد کا شبہ ہو جائے تو عمل چھوڑ کر وظیفہ دوبارہ اگلے جمعہ سے شروع کریں۔ دوران عمل میں کسی سے بات چیت نہ کریں، نہ ہی اشارہ سے کام لیں۔ بالکل تنہائی میں عمل کریں۔

تعداد حسب ذیل ہے: جمعہ 1 مرتبہ، ہفتہ 30 مرتبہ، اتوار 8 مرتبہ، سوموار 40 مرتبہ، منگل 4 مرتبہ، بدھ 5 مرتبہ، جمعرات 200 مرتبہ، جمعہ 2 مرتبہ، ہفتہ 70 مرتبہ، اتوار 10 مرتبہ، سوموار 50 مرتبہ، منگل 20 مرتبہ، بدھ 6 مرتبہ، جمعرات 60 مرتبہ، جمعہ 400 مرتبہ، ہفتہ 90 مرتبہ، اتوار 9 مرتبہ، سوموار 100 مرتبہ، منگل 700 مرتبہ، بدھ 1000 مرتبہ، جمعرات 800 مرتبہ۔

بحوالہ ''کالی دنیا، کالا جادو، وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات'' مشکلات، لاعلاج بیماریوں اور کالے جادو کے ڈسے اس کتاب کا مطالعہ کریں۔

گلے کی سوزش: اگر کسی کے گلے میں سوزش ہو تو وہ ذرا سی گلیسرین شہد اور پاؤ بھر دودھ میں ملا کر پینے سے مکمل افاقہ ہو جاتا ہے۔ اس کے علاوہ گرم پانی میں تھوڑا سا شہد ملا کر غرارے کرنے سے بھی گلے کی سوزش ٹھیک ہو جاتی ہے۔ (رابعہ یوسف، لاہور)

ہائی بلڈ پریشر اور کیسٹرول کم کرنا: میتھی کے بیج اور بڑی الائچی ہم وزن کا سفوف بنا لیں، کھانا کھانے کے بعد چھ ماشہ لیں۔

انٹرنیٹ پر شادیاں، فیصلہ سوچ سمجھ کر کریں

انٹرنیٹ پر شادیوں کا فیصلہ پاکستان تک ہی محدود نہیں بلکہ پاکستان سے باہر تو اسے بہت اہمیت دی جاتی ہے۔ اس ذریعے سے اکثر لوگ یہی کوشش کرتے ہیں کہ وہ کہیں سمندر پار کسی جیون ساتھی کو ڈھونڈ لیں۔

(اصغر علی جوئیہ)

کہتے ہیں رشتے آسمانوں پر طے ہوتے ہیں۔ ماضی میں اس مقولے کی صداقت کے بارے میں بہت کچھ کہا گیا مگر اب انفارمیشن ٹیکنالوجی نے اسے سچ ثابت کر دکھایا ہے۔ گھر بیٹھ کر بغیر کسی سماجی میل جول کے شادی ہونا ایک ناممکن کام سمجھا جاتا تھا مگر اب گھر بیٹھے آپ اپنی شادی کا انتظام کر سکتے ہیں۔ جی ہاں صرف یہی نہیں بلکہ اب ہزاروں میلوں دور اپنے جیون ساتھی کا انتخاب کر سکتے ہیں۔ جدید ٹیکنالوجی نے اب آپ کو اتنی وسیع چوائس دے دی ہے کہ آپ سرحد پار کر کے دنیا کے کونے کونے میں جھانک جھانک کر اپنی پسند، اپنی مرضی کے مطابق شادی کر سکتے ہیں۔ تاہم ہمارے معاشرے میں ایسا کرنا معیوب سمجھا جاتا ہے اور ویسے بھی دیکھا جائے تو ضروری نہیں کہ اس طریقے سے آپ کا کیا گیا انتخاب صحیح بھی ہو۔ ایسا کرتے ہوئے آپ کو سوچ سمجھ کر قدم اٹھانے کی ضرورت ہے۔ انٹرنیٹ کا استعمال اب نئی بات نہیں رہی۔ چیٹنگ کا سہارہ لیتے ہیں اس طرح بعض اوقات اسے ٹیلی فون کے نعم البدل کی حیثیت سے استعمال کیا جاتا ہے۔ مگر آج کل چیٹنگ کے ذریعے نہ صرف دوستیاں بنتی ہیں بلکہ لوگ رشتہ ازدواج میں بھی منسلک ہو جاتے ہیں۔ اس کی مدد سے لوگ کافی عرصے تک ایک دوسرے کے متعلق جاننے کی کوشش کرتے ہیں اور بالآخر جب انڈرسٹینڈنگ زیادہ بڑھ جاتی ہے تو بات شادی تک آجاتی ہے۔ ہم آپ کو ایسی ہی شادیوں کے بارے میں بتائیں گے جو بغیر کسی تعلق کے محض انٹرنیٹ پر ہو جاتی ہیں اور ایسے رشتے ہو جاتے ہیں، جو بصورت دیگر ممکن نہیں ہوتے۔

کیپٹن صمد بمطابق معمول رات کے وقت اس بزر کا انتظار کر رہے تھے جو ہر روز وہ رات گئے سننے کیلئے بے چین رہتے تھے۔ اچانک ان کے کان میں ایک گونج اٹھی اور وہ فوراً اپنے کمپیوٹر کی جانب لپکے اور سکرین کو ایکٹو کر دیا۔ مسینجر پر مہرین کا پیغام پڑھنے کو ملا۔ چیٹنگ شروع ہوئی، مہرین نے انہیں آگاہ کر دیا کہ وہ اپنے والدین کے ہمراہ پاکستان آرہی ہے۔ یہ سن کر صمد کی خوشی کی انتہا نہیں رہی۔ مہرین ریاست ورجینیا کی فالز چرچ کاؤنٹی میں رہتی تھی۔ وہیں پر پلی بڑھی مگر قدامت پسند والدین کے ہوتے ہوئے اس میں مشرقی انداز کوٹ کوٹ کر بھرا ہوا تھا۔ ٹھیک ایک ہفتے بعد مہرین لاہور پہنچی۔ کیپٹن صمد بھی کچھ دنوں بعد لاہور آگیا اور دونوں کی ملاقات ہوئی۔ کیپٹن صمد اپنے والدین کو بھی ساتھ لے آئے تھے اور محض چند دنوں میں رشتہ طے ہو گیا اور شادی ہو گئی۔ شادی کے فوراً بعد صمد سب کچھ چھوڑ کر امریکہ منتقل ہو گیا اور آج دونوں خوش وخرم زندگی بسر کر رہے ہیں۔ جی ہاں یہ اپنی نوعیت کا پہلا واقعہ نہیں اس سے پہلے اور بعد میں بہت سے لوگ ایسے ہی طریقے سے رشتہ ازدواج میں منسلک ہو چکے ہیں۔

بیرون ملک انٹرنیٹ کے ذریعے شادیوں کا رواج اتنا عروج پر پہنچ گیا ہے کہ امریکہ میں ایسی شادی کو ناجائز قرار دیا ہے کہ بغیر کسی قانونی چارہ جوئی کے محض انٹرنیٹ پر ایک معاہدہ طے پانا شادی کے زمرے میں نہیں آتا۔ جب تک مروجہ قانونی تقاضے پورے نہیں کیے جاتے۔ تاہم وہاں راتوں رات بات چیت ہوتی ہے پھر وہ آپس میں ملتے ہیں اور انڈرسٹینڈنگ ہو جانے کے بعد شادی طے پاتی ہے۔ مگر وہاں شادی اتنا پکا بندھن نہیں۔ اس لیے وہاں شادیاں ہوتی ہیں اور ٹوٹ جاتی ہیں۔ مگر ہمارے ہاں یہ محض سوشل کنٹریکٹ ہی نہیں بلکہ دو خاندانوں کا ملاپ بھی ہے۔ اس لیے سوچ سمجھ کر ہی ایسا کوئی فیصلہ کرنا چاہیے۔

انٹرنیٹ پر شادیوں کا فیصلہ پاکستان تک ہی محدود نہیں بلکہ پاکستان سے باہر تو اسے بہت اہمیت دی جاتی ہے کہ اس کے ذریعے ان لڑکیوں کی شادی بھی ہو جاتی ہیں جو بصورت دیگر گھروں میں بیٹھی رہتی ہیں۔ روس کی ایک 26 سالہ مطلقہ خاتون ارینا تنہا ایک چھوٹے سے قصبے میں مقیم تھی کہ ان کا سامنا امریکہ کے ایک 40 سالہ شخص سے ہوا۔ ارینا شکل و صورت کے اعتبار سے کافی اچھی تھی مگر طلاق کے بعد ان کی دوبارہ شادی کی کوئی امید نہیں تھی۔ امریکی باشندے نے ارینا کی تصویر دیکھتے ہی ان کے ساتھ لائیو بات چیت کی اور دونوں شادی پر رضامند ہوئے۔ امریکی شخص طویل سفر کر کے ماسکو آیا اور تھوڑے ہی عرصہ میں اپنی دلہن لیکر امریکہ چلا گیا۔ آج ارینا اپنے امریکی شوہر کے ساتھ ہنسی خوشی زندگی گزار رہی ہے۔ ایسا ہی ایک واقعہ سعودی عرب کے شہر جدہ میں رہنے والے ایک شخص خالد السعود کے ساتھ پیش آیا۔ خالد السعود ایک اشتہاری کمپنی کیلئے کام کرتا تھا کہ ''سنگلز'' روم میں ان کی ٹکر کیلی فورنیا کی جینا سے ہو گئی۔ دونوں میں بات بن گئی اور جینا سعود کو اپنے دیس لے گئی۔

ایسے واقعات پر غور کیا جائے تو معلوم ہو جائے گا کہ ایشیا سے تعلق رکھنے والے بالخصوص اور دیگر خطوں کے لوگ بالعموم شاید اس لالچ میں یہ شادیاں کرنے لگے ہیں کہ اس کے بدلے وہ مغربی ممالک پہنچ جاتے ہیں۔ کسی حد تک یہ بات درست بھی ہے کیونکہ کسی بھی دو غریب ممالک سے تعلق رکھنے والوں کے درمیان انٹرنیٹ شادی کی شرح نہ ہونے کے برابر ہے اگر ایسا ہے بھی تو اسے ''میرج آف کنوینس'' نہیں کہنا چاہیے کیونکہ ترقی یافتہ ملک کے رہنے والے کو غریب ملک کے شہری سے کوئی لالچ نہیں ہوتی تاہم غریب ملکوں کے شہری شادی کے نام پر ایسے ممالک کی شہریت ضرور حاصل کرتے ہیں۔

انٹرنیٹ چیٹنگ کے علاوہ روز افزوں شادی کیلئے ایسی بے شمار ویب سائٹس بنتی رہتی ہیں۔ یہ ویب سائٹس لڑکے اور لڑکیوں کے پروفائل کسی بھی کے سامنے بمعہ تصویر رکھ دیتی ہیں اور پھر ان کو موقع دیا جاتا ہے وہ ہزاروں کی تعداد میں موجود لڑکوں یا لڑکیوں میں سے انتخاب کریں۔ یہ انتخاب وہ عمروں، خطوں یا خاندانوں کے ذریعے کرتے ہیں۔ وہ جس لڑکی یا لڑکے کا انتخاب کرتے ہیں تو ان تک پیغام پہنچانے کیلئے انہیں ان ویب سائٹس کی ممبر شپ کرانی ہوتی ہے یوں ایک مخصوص رقم کے بدلے وہ ممبر شپ حاصل کرتے ہیں اور پھر پوری سائٹ میں وہ بلا کسی روک ٹوک کے کسی کو بھی پسند کر سکتے ہیں۔

امریکن سنگلز، ایشین گالز، سنگلز ڈاٹ کام وغیرہ جیسی ان گنت سائٹس ایسے نوجوانوں کیلئے ہر وقت دستیاب رہتی ہیں جہاں ممبر شپ کے بعد یہ نوجوان اپنے پروفائل تصویر کے ساتھ دے دیتے ہیں جسے کوئی بھی شخص آسانی سے دیکھ سکتا ہے۔ یوں وہ ہر روز جب اپنے کوڈ سے ان سائٹس میں لاگ آن ہوتے ہیں تو دنیا بھر میں بیٹھے ہوئے وہ تمام لوگ جو ان سائٹس کو دیکھ رہے ہوتے ہیں، کو معلوم ہو جاتا ہے کہ اس وقت کون آن لائن ہیں۔ جس کے مطابق وہ ان لوگوں کے ساتھ فوری طور پر رابطہ کرتے ہیں۔ رابطہ کرنے سے قبل وہ ان لوگوں کا پروفائل پڑھتے ہیں۔ پروفائل وہ بنیادی چیز ہوتی

ہے جس میں اس شخص کی عمر، نام، پتہ، مشغلے، تعلیم، ملازمت الغرض وہ تمام معلومات دی ہوتی ہیں جس کے بارے میں دوسرے لوگ جاننا چاہتے ہیں۔ اس کے علاوہ اس میں ان کے ای میل ایڈریس بھی ہوتے ہیں، جس کے ذریعے وہ ایک دوسرے سے اس وقت رابطے کرتے ہیں، جب وہ آف لائن ہوتے ہیں۔ ایسی ویب سائٹس کو مختلف ادارے سپانسر کرتے ہیں۔ جس کے ذریعے یہ ان افراد تک بھی پہنچ جاتے ہیں جن کو اس بارے میں کوئی علم نہیں ہوتا۔

انٹرنیٹ شادی کا دوسرا بڑا ذریعہ چیٹنگ ہے۔ چیٹنگ کیلئے ہر کمپنی میسنجر فراہم کرتی ہے۔ یوں میسنجر کے ذریعے کوئی بھی کسی بھی موضوع پر اپنا ایک روم کھول دیتا ہے اور آن لائن موجود ہر ایک کو اس میں آنے کی دعوت دی جاتی ہے۔ مثال کے طور پر اگر کوئی میڈیکل، انجینئرنگ، مذہب یا میوزک پر معلومات حاصل کرنا چاہتا ہے تو وہ اس کے مطابق اپنا ایک روم کھولتا ہے یا پھر موجود رومز میں سے کسی ایک کو چن لیتا ہے، اسی طرح عمر کے مطابق بھی روم پہلے سے موجود ہوتے ہیں۔ مثال کے طور پر 20 سال، 25 سال، 30 سال اور 50 سال تک کے رومز موجود ہوتے ہیں اور کوئی بھی اپنی دلچسپی کے مطابق ان میں سے کسی ایک میں انٹری دے سکتا ہے۔

ایسے رومز وقتی طور پر موجود ہوتے ہیں اور دنیا بھر کے لوگ اسے دیکھتے ہیں۔ ان رومز میں جب کسی موضوع پر گپ شپ یا معلومات کا تبادلہ ہوتا ہے تو سارے لوگ اسے سکرین پر دیکھتے ہیں اور اس کے مطابق اس بات چیت میں شمولیت اختیار کرتے ہیں۔ انٹرنیٹ پر شادی کی خواہش میں اکثر لوگ مہینوں لگا دیتے ہیں مگر انہیں اپنا آئیڈیل نہیں ملتا۔ ہمارے ہاں لوگ انٹرنیٹ شرارت اور تفریح کیلئے استعمال کرتے ہیں۔ لڑکا لڑکی بن کر اور لڑکی لڑکا بن کر ایک دوسرے کو دھوکا دیتے رہتے ہیں۔

انٹرنیٹ چیٹنگ کیلئے مختلف آئی ایس پیز (انٹرنیٹ سروس پرووائڈرز) استعمال ہوتے ہیں۔ امریکہ، کینیڈا اور آس پاس کے ممالک میں زیادہ تر امریکن آن لائن (اے او ایل) استعمال ہوتا ہے جبکہ اس کے علاوہ وہاں ورائزن اور اے ٹی اینڈ ٹی بھی انٹرنیٹ کی سہولت فراہم کرتے ہیں۔ ہمارے ہاں سب سے زیادہ ایم ایس این میسنجر استعمال ہوتا ہے جبکہ اس کے علاوہ یاہو اور نیٹ سکیپ بھی استعمال ہوتا ہے مگر سب سے زیادہ شادیاں ایم ایس این اور یاہو پر ہی ہوتی ہیں کیونکہ یہ دونوں ہر ایک کیلئے فری میسنجر سروس فراہم کرتے ہیں اور انٹرنیٹ استعمال کرنے والا ہر شخص ان سے ضرور مستفید ہوتا ہے۔

انٹرنیٹ شادی بعض اوقات بہت کمزور ہوتی ہے۔ ایسا ہی ایک واقعہ ایک پاکستانی لڑکے اور فرانسیسی لڑکی کے ساتھ پیش آیا۔ امریکہ میں مقیم پاکستانی لڑکے کی بات چیت فرانس میں بیٹھی ایک فرانسیسی لڑکی سے ہوئی۔ دونوں کی شادی ہوئی۔ لڑکی امریکہ پہنچی مگر محض سات ماہ بعد لڑکی کو معلوم ہوا کہ لڑکے کے پاس وہاں رہنے کیلئے کوئی دستاویز موجود نہیں اور وہ وہاں سیٹل ہونے میں اس لڑکی کی کوئی مدد نہیں کرسکتا تو وہ بغیر طلاق لیے واپس فرانس چلی گئی۔ ادھر اس پاکستانی کی امریکہ میں مقیم کزن سے شادی کی تیاری ہونے لگی۔ عین شادی کی رجسٹریشن کے دن معلوم ہوا کہ لڑکا پہلے ہی سے شادی شدہ ہے اور دونوں کا کسی قسم کے طلاق نامے پر دستخط کا کوئی ریکارڈ موجود نہیں، اس لیے اس وقت ان کی شادی رجسٹرڈ نہ ہوسکی۔ اس کے بعد فرانس میں امریکی سفارت خانے کے ذریعے طلاق نامے کے کاغذات پر دستخط کرائے گئے۔

انٹرنیٹ پر شادیوں کا سنتے ہی اکثر لوگ کوشش کرتے ہیں کہ وہ بھی سمندر پار کسی جیون ساتھی کو ڈھونڈ لیں اور اس بہانے وہ بھی کسی اور دیس کو اپنا مسکن بنالیں۔ ایسا کرنا اس لیے آپ کے مفاد میں نہیں کہ اس غرض سے شادی میں نہ صرف آپ کو مسائل سے دوچار ہونا پڑے گا بلکہ دوسرے فریق کیلئے پریشانی کا باعث بنے گا۔ کسی خاص لالچ کے تحت شادی قطعاً کامیاب نہیں ہوسکتی۔ اس لیے اس الجھن میں پڑنے سے قبل یہ سوچ لیجئے کہ آپ کوئی جیون ساتھی ڈھونڈنے میں کتنے مخلص ہیں۔ مزید براں انٹرنیٹ پر چونکہ آپ کسی کے بارے میں صحیح طرح سے جان نہیں سکتے اس لیے اس کے بارے میں کوئی نظریہ قائم کرنا آسان نہیں ہوتا۔ دانشمندی کا تقاضا ہے کہ اس طرح کا کوئی فیصلہ کرنے سے قبل اپنے بڑوں کو ضرور اس میں شامل کیجئے گا تاکہ بعد کی پریشانی سے بچا جاسکے۔

حرف آخر یہ ہے کہ انٹرنیٹ پر شادی کے رجحان سے بہت سے گھمبیر مسائل جنم لے سکتے ہیں جس سے صرف دو افراد نہیں بلکہ پورا خاندان متاثر ہوسکتا ہے۔ اس لیے مسائل سے بچنے کا واحد حل یہ ہے کہ اپنی ازدواجی زندگی کو کامیاب بنانے کا فیصلہ سوچ سمجھ کر اور اپنے والدین کی مرضی سے کیجئے یہی وہ راستہ ہے جس کیلئے ہمارا مذہب اسلام ہماری راہنمائی کرتا ہے۔

جنگ کے بغیر فتح

ان کا مقصد یہ تھا کہ اس اشتراکی نظریہ کو غلط ثابت کرسکیں کہ غریبی کو سرمایہ دارانہ نظام کے تحت ختم نہیں کیا جاسکتا۔

مولانا وحید الدین خاں

مسٹر رچرڈ نکسن 1968ء سے 1974 تک امریکہ کے صدر رہے۔ انہوں نے اپنی یادداشتوں پر مشتمل ایک کتاب شائع کی ہے جس کا نام ہے جنگ کے بغیر فتح:

Victory Without War

اس کتاب میں جو باتیں کہی گئی ہیں ان میں سے ایک بات امریکہ اور جاپان کے باہمی تعلق کے بارے میں ہے۔ اس سلسلہ میں مسٹر نکسن نے جو باتیں لکھی ہیں، ان میں سے ایک بات مختصر طور پر یہ ہے۔

امریکنوں نے 1948ء میں جاپان کے بڑے حصہ کو تباہ کر دیا۔ پھر دوسری عالمی جنگ کے بعد انہوں نے زبردست اقتصادی امداد کے ذریعہ جاپان کی دوبارہ تعمیر کی۔ جاپان کے ساتھ یہ معاملہ انہوں نے اپنے ذاتی مقصد کیلئے، ایک نمونہ کے طور پر کیا۔ اس سے ان کا مقصد یہ تھا کہ اس اشتراکی نظریہ کو غلط ثابت کرسکیں کہ غربت کو سرمایہ دارانہ نظام کے تحت ختم نہیں کیا جاسکتا۔ چنانچہ جاپان میں قدیم بادشاہت کی جگہ جمہوریت لائی گئی۔ امریکنوں نے خود وہاں کا دستور لکھ کر تیار کیا۔ اس کا دفاع مکمل طور پر واشنگٹن کے تحت کر دیا گیا۔

اس تجربہ کے 35 سال بعد تلخ اقتصادی اختلافات کے بادل امریکہ اور جاپان کے تعلقات پر چھا گئے۔ دونوں ملکوں کے درمیان تجارتی توازن ہولناک حد تک بگڑ گیا۔ 1986ء میں امریکہ نے جتنا سامان جاپان کے ہاتھ بیچا، اس کے مقابلہ میں جاپان نے ساٹھ بلین ڈالر کے بقدر زیادہ سامان امریکہ کے ہاتھ فروخت کیا۔ واضح ہو کہ اس سال امریکہ کا کل تجارتی خسارہ 170 بلین ڈالر تھا۔ جاپان اس پوزیشن میں ہو چکا ہے کہ اس نے امریکی چاول کی خریداری کیلئے 180 ڈالر فی ٹن کی پیش کش کو رد کر دیا جبکہ اسے اپنے ملک میں چاول پیدا کرنے کیلئے 2000 ڈالر فی ٹن خرچ کرنا پڑتا ہے۔ اب امریکہ کو یہ شکایت ہے کہ جاپانیوں نے امریکی سامان کیلئے اپنی مارکیٹ کو بند کر دیا ہے (ٹائمس آف انڈیا 12 اپریل 1979ء)۔ دوسری عالمی جنگ کے بعد امریکہ کی حیثیت فاتح اور غالب کی تھی اور جاپان کی حیثیت

(بقیہ: صفحہ نمبر 37)

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ لکھیں۔ (ام اوراق)

وزن دس کلو بڑھ جائے

تہمینہ قاسم لکھتی ہیں ''میرا وزن چالیس کلو ہے۔ میں چاہتی ہوں کہ ایک ماہ میں دس کلو وزن بڑھ جائے۔ دوسری بات یہ کہ میں نے تین کریمیں ملا کر چہرے پر لگائیں۔ اس سے رنگ صاف ہو گیا مگر دانے نکل آئے۔ اب کیا کروں؟

جواب: تہمینہ بی بی! ایک ماہ میں دس کلو وزن بڑھنا مشکل ہے۔ ان دنوں میں دو تین سیب کھا کر اوپر سے ایک گلاس دودھ پی لیا کریں۔ کیلے کا ملک شیک آپ کیلئے بہت اچھا ہے۔ آپ کی صحت ٹھیک ہے' کوئی بیماری نہیں پھر آپ کیوں پریشان ہیں؟ وزن تو بڑھ ہی جائے گا۔ بہت سی دبلی لڑکیاں دیکھی ہیں جو عمر کے ساتھ ساتھ موٹی ہوتی جاتی ہیں۔

چہرے پر آپ کچھ نہ لگائیے۔ میں بچیوں کو برابر تاکید کرتی رہتی ہوں کہ بازاری کریموں پر اعتماد نہ کریں۔ ان سے فائدہ نہیں بلکہ نقصان ہوتا ہے۔ فی الحال چہرے پر کچھ نہ لگائیے۔ ایک چمچہ دہی لیکر' پھینٹ کر اسے کریم کی طرح دن میں دوبار چہرے پر لگائیے۔ پانچ منٹ بعد منہ دھو لیجئے۔ جب دانے ختم ہو جائیں تو اس پر گھیکوار کا گودا لگائیے۔ ایک ہفتہ لگا کر چھوڑ دیجئے۔

چنے کی دال دو چمچے لے کر پانچ چمچے دودھ میں بھگوئیے اور رات کو بھگو کر صبح اسے پیس لیجئے۔ چہرے پر لگائیے۔ پانچ منٹ بعد منہ دھو لیجئے۔ اس سے رنگ صاف ہو جائے گا۔

بے اولاد ہوں

مالاکنڈ ایجنسی، ملتان اور شورکوٹ جھنگ سے تین بے اولاد خواتین کے خط آئے ہیں۔ مالاکنڈ سے ایک بے اولاد بہن لکھتی ہیں۔ ''میری شادی کو سات برس ہو گئے، مگر نجانے کیوں میرے بدن کی ڈالی پر اب تک کوئی پھول نہیں کھلا بلکہ ڈاکٹروں کی دوائیاں کھاتے کھاتے معدہ خراب ہو گیا ہے۔ ماہانہ نظام ٹھیک نہیں۔ ہر طرف سے پریشان ہو کر آپ کو خط لکھ رہی ہوں۔

(دوسری بہن' ش' م) ملتان سے لکھتی ہیں۔ ''میری شادی کو چار سال ہو گئے۔ شوہر باہر رہتے ہیں۔ دو سال بعد پندرہ دن کیلئے آتے ہیں۔ انہیں بچوں کی تمنا ہے۔ سسرال والے طعنے دیتے ہیں، میں کیا کروں؟

شورکوٹ سے نعمانہ لکھتی ہیں ''میرے شوہر میں خرابی ہے مگر باتیں مجھے سننی پڑتی ہیں۔ اب بچہ نہیں ہو رہا تو میرا کیا قصور ہے؟ آپ کو بہت مجبور ہو کر خط لکھ رہی ہوں۔''

جواب: بچے کس کو پیارے نہیں لگتے۔ کہیں بن مانگے کثیر اولاد نظر آتی ہے اور کچھ لوگ خواہش اور علاج کے باوجود اولاد سے محروم رہتے ہیں۔ یہ سب کچھ اللہ تعالیٰ کے ہاتھ میں ہے۔ تاہم علاج تو کرنا چاہیے۔ قدرت نے جڑی بوٹیوں میں بہت تاثیر رکھی ہے۔ آج سے نہیں زمانہ قدیم سے یہ علاج جاری و ساری ہیں۔ آج کے سائنسی دور میں الٹرا ساؤنڈ سے اندرونی خرابیوں کا پتہ چل جاتا ہے۔ جس سے علاج میں آسانی ہو جاتی ہے۔ مالاکنڈ کی بہن کو چاہیے سب سے پہلے ماہانہ نظام درست کریں۔ آپ کے تمام ٹیسٹ ٹھیک ہیں، پریشانی کی کوئی بات نہیں۔ جب تک جسمانی نظام ٹھیک نہیں ہو گا حمل کی امید دشوار ہے۔

بہن' ش' م کو چاہیے وہ اپنے شوہر کے پاس مسقط چلی جائیں' اس طرح ان کی الجھن دور ہو سکتی ہے۔ انشاء اللہ! اللہ تعالیٰ اولاد سے نواز دے گا۔ پریشان ہونے کی ضرورت نہیں، دوا وغیرہ کی بھی ضرورت نہیں۔ میرے پاس ایک خاتون آئی۔ بے اولاد تھی۔ میں نے دوا دی۔ میرے پاس وہ برابر آتی رہیں۔ چھ ماہ بعد مجھ سے کہنے لگیں ''ابھی تک کوئی امید نہیں۔'' میں نے کہا ''اپنے شوہر کو میرے پاس بھیجئے۔'' وہ کہنے لگیں ''شوہر تو باہر ہوتے ہیں۔ سال بھر کے بعد آتے ہیں۔'' ان کی سادہ لوحی پر سب کو ہنسی آ گئی۔ آج کل کے جدید دور میں ایسی خواتین بھی موجود ہیں!

شورکوٹ جھنگ والی خاتون کو چاہیے کہ اپنے شوہر کا علاج کرائیں، تھوڑی بہت خرابیاں دور ہو جائیں گی۔ اصل بات یہ ہے کہ مرد لوگ اپنا معائنہ نہیں کراتے کیونکہ وہ سمجھتے ہیں کہ ان کی عزت پہ حرف آتا ہے جبکہ عورت بیچاری تنقید کا نشانہ بنتی رہتی ہے۔ آپ گھر والوں کی فکر نہ کریں۔ انہیں بولنے دیں۔ اصل بات سے واقف ہوتے ہوئے بھی جو زیادتی کرتے ہیں وہ خود اس کی سزا پائیں گے۔ آپ اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کریں اور شوہر کا علاج کرائیں۔ علاج بالکل ممکن ہے۔

خشک میوہ جات مثلاً بادام' پستہ' چلغوزہ کھوپرہ وغیرہ سردی کے موسم میں خوب کھانے چاہئیں۔ تل بھی مفید ہیں۔ ماش کی دال کا حلوہ بڑی نعمت ہے۔ غذا میں ماش کی دال بھی کھانی چاہیے۔ طب میں بہت ساری دوائیاں ایسی ہیں جن سے فائدہ ہوتا ہے اور کمزوری دور ہو جاتی ہے۔

کتابوں کی الماری میں کیڑے

میرے دادا کی الماری میں بے شمار کتابیں ہیں جو بڑی مہنگی اور قدیم ہیں۔ ان میں چھوٹے چھوٹے کیڑے چلتے پھرتے نظر آتے ہیں۔ ان کیڑوں کے خاتمے کیلئے کیا کرنا چاہیے؟ میرے دادا گاؤں میں رہتے ہیں۔ جب وہ ہمارے گھر آئیں گے تو کیڑے دیکھ کر انہیں افسوس ہو گا۔ ایسا ٹوٹکہ بتائیے جس سے کیڑے بھاگ جائیں۔ میں بہت پریشان ہوں۔ (نایاب، پشاور)

جواب: کتابوں کو احتیاط سے رکھنا چاہیے۔ سال میں دو بار ساری کتابیں نکال کر کسی میز یا زمین پر پھیلانی چاہئیں تاکہ ہوا لگے۔ ساری کتابیں الماری سے نکالیے اور الماری اچھی طرح صاف کیجئے پھر اسے دو تین گھنٹے خالی رکھیے اور بازار سے ''کوپیکس'' پاؤڈر لائیے۔ یہ پاؤڈر الماری میں اچھی طرح چھڑک دیجئے۔ بعد میں اخبار بچھائیے اور ساری کتابیں اچھی طرح جھاڑ کر الماری میں رکھیے۔

اب بازار سے ایک چھٹانک پھٹکری خریدیئے اور آدھی پھٹکری ایک مگ پانی میں ڈال دیجئے۔ وہ حل ہو جائے گی، اب کوئی صاف کپڑا لے کر اس میں بھگو دیجئے اور تھوڑی دیر بعد نکال کر سائے میں خشک کر لیجئے۔ اسی کپڑے سے آپ کتابوں کی صفائی کیجئے۔ بعد میں جھاڑ کر تہہ کر کے الماری کے کونے میں رکھ دیجئے۔ ہر ہفتہ اسی کپڑے سے صفائی کیجئے۔ کیڑے نمی سے آتے ہیں۔ ہر چار ماہ بعد کوپیکس الماری کے خانوں میں چھڑک کر دوبارہ کاغذ بچھائیے۔ صفائی کا کپڑا خراب ہو جائے تو دھو کر اسے پھر پھٹکری کے پانی میں بھگو کر سائے میں سکھا کر رکھ لیجئے۔ ان طریقوں پر عمل کرنے سے کتابیں محفوظ رہیں گی۔

پہلے لوگ نیم کے پتے سکھا کر ان کا سفوف کتابوں پر چھڑک دیتے یا کمرے میں گندھک جلا کر اس کی دھونی دیتے تھے تاکہ کیڑے کتابوں کو خراب نہ کریں۔ کتاب کو دیمک لگ جائے تو ساری کتاب خراب ہو جاتی ہے آپ شکر کیجئے الماری میں دیمک نہیں ورنہ ساری کتابیں خراب ہو جاتیں۔

تریاق بے ہوشی: نمک لاہوری پانی میں حل کر لیں اور مریض کے دونوں نتھنوں میں قطرہ قطرہ ڈال دیں فوراً ہوش میں آ جائے گا۔

جادو سے پیشگی حفاظت کا قرآنی عمل

جومسلمان صبح وشام تین تین مرتبہ سورۂ اخلاص، سورۂ الفلق اور سورۂ الناس پڑھ کر اپنے اوپر دم کرتا ہے اللہ اس کو سحر کے اثرات سے محفوظ رکھتے ہیں۔ابراہیم نے بتایا کہ مولانا کی اس نصیحت کے بعد اب تک اس کا پابندی سے تین قل صبح وشام پڑھنے کا برابر معمول ہے۔ (ملک خرم شہزاد، اٹک)

ابراہیم اپنی خاندانی روایات سمیٹ کر ایک مدرسہ میں زیر تعلیم تھا۔ اللہ نے اس کو غیر معمولی حافظہ اور ذہانت سے نوازا تھا۔ وہ ایک دفعہ اپنے استاد سے سبق سنتا تو اس کو یاد ہو جاتا۔ سال بھر کے مختلف امتحانات سہ ماہی وششماہی میں وہ کبھی دوم نمبر سے کامیاب ہوتا تو کبھی اول نمبر سے لیکن گزشتہ کئی سالوں سے وہ سالانہ امتحانات میں برابر اول نمبر ہی پر آ رہا تھا۔ اس کے کئی ساتھی جو اس سے کئی گنا رات دن محنت کرتے اس کا مقابلہ نہیں کر پا رہے تھے۔ بالآخر زاہد جو اس کا کئی سال سے اسی کلاس میں ساتھی تھا اور ہر سال اس سے مقابلہ کی ناکام کوشش کرتا۔ شیطان نے اسے ایک ترکیب سجھائی کہ وہ کسی ساحر یا عامل سے اس کو اس طرح زیر کرے کہ وہ عین امتحان میں اپنی یاد کی ہوئی چیزیں بھول جائے۔ کچھ لکھ نہ سکے اور نتیجتاً ناکام نہ سہی اول آنے سے رہ جائے۔ زاہد کیلئے مشکل یہ تھی کہ وہ شہر میں کھلم کھلا اور علی الاعلان اس طرح کے ناجائز و خلاف شریعت کام کیلئے کسی عامل سے رجوع نہیں کر سکتا تھا۔ اس طرح کے لوگوں سے ملنا اور ان کے یہاں آنا جانا ہی اس کو شک کے دائرے میں لانے کیلئے کافی تھا۔ وہ کئی دن تک سوچتا رہا بالآخر ابلیس لعین نے اس کو اس کا بھی حل بتایا۔ وہ یہ کہ وہ ملک کے کسی نامور وخوش عقیدہ عامل سے خط و کتابت کے ذریعہ رجوع کرے۔ زاہد نے کسی طرح ایک بڑے شہر میں موجود نامور عامل کا پتہ حاصل کر لیا اور خط کے ذریعہ ابراہیم کو زیر کرنے کی اپنی اس خواہش کا اس سے اظہار بھی کر دیا۔ اس عامل نے جوابی خط میں زاہد سے ابراہیم کے متعلق وہ تفصیلات طلب کیں جس کی اس کو اس غیر شرعی عمل میں ضرورت تھی یعنی اس کا اور اس کے والدین کا نام، عمر پتہ وغیرہ۔ ادھر زاہد مطمئن تھا کہ اس مرتبہ وہ ضرور امتحان میں ابراہیم سے بازی لے جائے گا ورنہ کم از کم ابراہیم تو اول آنے سے ضرور رہ جائیگا۔ لیکن وہ یہ بھول گیا تھا کہ بیماری کے ساتھ علاج کی طرح اللہ نے زہر کے ساتھ تریاق اور سحر و جادو کے ساتھ اس کا توڑ بھی رکھا ہے۔ عامل کے خط سے زاہد کو معلوم ہوا کہ اس نے اپنا کام شروع کر دیا ہے اور اس کا اثر جلد ہی ظاہر ہونے والا ہے۔ عامل کی پیشگوئی کے مطابق زاہد مسلسل کئی ماہ تک ابراہیم کا برابر جائزہ لیتا رہا کہ اس سفلی عمل کا کیا منفی اثر اس پر مرتب ہو رہا ہے۔ کیا اس کی طبیعت بجھی بجھی سی رہتی ہے، کیا وہ ہمیشہ سوتا رہتا ہے یا اس کی طبیعت خراب رہتی ہے یا وہ خلاف عادت کلاس روم سے غائب رہنے لگا ہے۔ لیکن اس کو تعجب ہوا کہ اس طرح کا کوئی اثر کئی ماہ کے انتظار کے باوجود اس پر مرتب نہیں ہو رہا تھا۔ بالآخر اس نے عامل سے رجوع کیا تو وہاں سے جواب آیا کہ آپ کے ساتھی کو ہمارے اس عمل کا چونکہ پیشگی علم ہو گیا ہے اور اس نے اس کا توڑ بھی پہلے ہی سے کر لیا ہے اس لیے ہمارے سحر کا اس پر کوئی اثر نہیں ہو رہا ہے۔ لیکن زاہد کی سمجھ میں یہ بات نہیں آ رہی تھی کہ ابراہیم کو اس کا کیسے علم ہو گیا؟ اگر واقعی اس کو علم ہو گیا ہوتا تو وہ اس کیساتھ پہلے ہی کی طرح بے تکلف کیوں ہے اور اس سلسلہ میں اس کی طرف سے کسی ناگواری کا اظہار کیوں نہیں ہو رہا ہے۔ حقیقت بھی یہی تھی کہ ابراہیم اس کی حرکت سے لاعلم ہی تھا لیکن دوسری طرف زاہد بے چین تھا کہ کسی طرح یہ گتھی سلجھ جائے کہ ملک کے نامور عامل بھی ابراہیم کے سلسلہ میں ناکام کیوں ہیں؟

عامل کے اس شہر میں اس کے مدرسہ میں ابراہیم کے گاؤں کے کچھ طلباء زیر تعلیم تھے۔ ان سے اس عامل کو معلوم ہو گیا تھا کہ اس شہر میں صحیح العقیدہ لوگوں کا غلبہ ہے اور وہاں ان کا ایک بڑا مرکزی مدرسہ بھی ہے۔ ایک دن باتوں باتوں میں اس نے مدرسہ میں زیر تعلیم ایک طالب علم کو زاہد کے خطوط دکھائے اور اس کو یہ باور کرانے کی کوشش کی کہ تمہارے شہر کے خود اسی مدرسہ میں ہمارے مسلک وعقیدہ کے کتنے لوگ موجود ہیں۔ جو خود ہم سے اپنی ضرورت کیلئے رجوع کرنے پر مجبور ہیں۔ چھٹیوں میں اس طالب علم نے وہ خطوط بطور ثبوت لا کر اپنے کچھ دوستوں کو دکھائے جو زاہد کے مدرسہ میں زیر تعلیم تھے۔ اس طرح زاہد کا پول کھل گیا اور مدرسہ کے مہتمم تک بھی بات پہنچ گئی۔ زاہد کے معافی مانگنے پر اس کو چھوڑ دیا گیا۔ ابراہیم کے ان دوستوں نے جب اس کی اطلاع اُس کو دی تو ان سب باتوں اور تفصیلات کو وہ بڑے ہی اطمینان سے بے فکری کے ساتھ (بقیہ صفحہ نمبر 36 پر)

دعا کی قبولیت

حضرت ابراہیمؒ بن ادھم نے فرمایا تمہارے دل دس وجوہات سے مردہ ہو چکے ہیں اس لیے قبولیت کے اثرات ظاہر نہیں ہوتے۔

(مولانا محمد یونس قادری۔ سانگھڑ سندھ)

حضرت ابراہیمؒ بن ادھم سے کسی نے اللہ تعالیٰ کے فرمان **اُدْعُوْنِیْٓ اَسْتَجِبْ لَکُمْ** (سورۂ مومن آیت نمبر 60) (مجھے پکارو میں تمہاری دعا کو قبول کروں گا) کے متعلق پوچھا کہ ہم تو اسے پکارتے ہیں لیکن ہماری دعا قبول نہیں ہوتی۔ تو آپؒ نے فرمایا تمہارے دل دس وجوہ سے مردہ ہو چکے ہیں۔ اس لیے قبولیت کے اثرات ظاہر نہیں ہوتے۔ ⊙ تم اللہ کو تو پہچانتے ہو مگر اس کا حق ادا نہیں کرتے۔ ⊙ تم قرآن مجید تو پڑھتے ہو مگر اس پر عمل نہیں کرتے۔ ⊙ تم محبت رسول ﷺ کا دعویٰ تو کرتے ہو مگر آپ ﷺ کا طریقہ چھوڑ دیتے ہو۔ ⊙ تم شیطان کی دشمنی کا دعویٰ تو کرتے ہو مگر اس کیلئے عمل نہیں کرتے۔ ⊙ تم جنت حاصل کرنے کا دعویٰ تو کرتے ہو مگر نیک اعمال نہیں کرتے۔ ⊙ تم دوزخ سے ڈرنے کا دعویٰ تو کرتے ہو مگر گناہوں سے باز نہیں آتے۔ ⊙ تم موت کو تو برحق مانتے ہو مگر مرنے کیلئے تیار نہیں ہوتے۔ ⊙ تم دوسروں کے عیبوں پر نظر رکھتے ہو مگر اپنے گریباں میں نہیں جھانکتے۔ ⊙ اللہ تعالیٰ کا دیا ہوا رزق تو کھاتے ہو مگر اس کا شکر ادا نہیں کرتے۔ ⊙ اپنے مردوں کو تو دفن کرتے ہو مگر عبرت نہیں پکڑتے۔

جب میں کہتا ہوں میرے اللہ میرا حال دیکھ
حکم ہوتا ہے کہ پہلے اپنا نامۂ اعمال دیکھ

رزق اور عمر میں برکت کا آسان عمل

(1) نمازِ اشراق کی باقاعدگی سے رزق، عمر، پریشانیوں سے خلاصی اور خوشیوں میں اللہ تعالیٰ بہت زیادہ اضافہ فرماتے ہیں۔ شرط صرف مکمل شوق اور ایسے پڑھنا ہے کہ گویا رب تعالیٰ تم کو دیکھ رہا ہے۔ میرا برسوں کا مجرب تجربہ ہے۔ (2) قرآن شریف کی کوئی بھی آیت یا اللہ پاک کا کوئی سا بھی نام جس مقصد کیلئے پڑھیں توجہ اور یکسوئی کے ساتھ پڑھیں کامیابی ضرور ہوگی۔

(شبانہ سرور، کراچی)

اچھا دوست اگر سو بار بھی روٹھ جائے تو منا لو کیونکہ موتیوں کی مالا بار بار ٹوٹنے پر بھی جوڑ دی جاتی ہے۔

خواجہ غریب نوازؒ کی مشکل کشا دعائیں

جو شخص اللہ کے دوستوں سے ملاقات کا آرزومند ہو وہ یہ آیت بکثرت پڑھے:۔

"اِنَّکَ جَامِعُ النَّاسِ لِیَوْمٍ لَّارَیْبَ فِیْهِ اِنَّ اللّٰهَ لَا یُخْلِفُ الْمِیْعَادَ" (سورۃ آل عمران آیت نمبر 9)

ہر ماہ کسی ایک بزرگ کی زندگی کے آزمودہ روحانی نچوڑ آپ عبقری میں پڑھیں۔

عمل حفاظت

حضرت خواجہ غریب نوازؒ نے فرمایا ہے کہ ایک مرتبہ بغداد میں ایک شخص کو شیر کے آگے ڈال دیا مگر شیر نے اس کو منہ بھی نہ لگایا معلوم ہوا کہ اس کے پاس اسم باری تعالیٰ تھا۔

"بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ یَادَائِمُ بَلَا فَنَاءٍ وَیَاقَائِمُ بَلَا زَوَالٍ وَیَااَمِیْرُ وَیَانَذِیْرُ"

دفعیہ تنگی معاش

حضرت خواجہ غریب نوازؒ فرماتے ہیں جو شخص افلاس یا تنگی معاش میں مبتلا ہو۔ اسے **لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ** کثرت سے پڑھنا چاہئے۔

عمل حفاظت

حضرت خواجہ غریب نوازؒ فرماتے ہیں کہ جو شخص **حَسْبِیَ اللّٰهُ وَنِعْمَ الْوَکِیْلُ نِعْمَ الْمَوْلٰی وَنِعْمَ النَّصِیْرُ** کثرت سے پڑھتا ہے۔ اسے کوئی چیز ضرر نہیں دیتی۔

عذاب قبر سے حفاظت

حضرت خواجہ غریب نوازؒ کا ارشاد ہے کہ جو شخص ان پانچ سورتوں کو ہر روز پڑھا کرے وہ عذاب قبر سے امن میں رہے گا۔ وہ پانچ سورتیں یہ ہیں **الواقعة، الرحمن، والشمس، وَالَّیْلِ اور اَلَمْ نَشْرَحْ**

ترقی وافزائش رزق:۔

حضرت خواجہ غریب نوازؒ نے فرمایا ہے جو شخص فرض نمازوں کے بعد تین مرتبہ سورہ اخلاص اور تین مرتبہ درود شریف پڑھ کر ایک مرتبہ آیت پڑھے گا:

وَمَنْ یَّتَّقِ اللّٰهَ یَجْعَلْ لَّهٗ مَخْرَجًا ٥ وَّیَرْزُقْهُ مِنْ حَیْثُ لَا یَحْتَسِبُ وَمَنْ یَّتَوَکَّلْ عَلَی اللّٰهِ فَهُوَ حَسْبُهٗ اِنَّ اللّٰهَ بَالِغُ اَمْرِهٖ قَدْ جَعَلَ اللّٰهُ لِکُلِّ شَیْءٍ قَدْرًا ٥ (سورۃ الطلاق آیت نمبر 3) اور آسمان کی طرف پڑھ کر پھونک دے تو حق تعالیٰ اس کو تین نعمتیں عطا فرمائے گا اول درازی عمر، مال و دولت کی کثرت سوم بہشت میں بے حساب داخلہ۔

دفعیہ افلاس

حضرت خواجہ غریب نوازؒ نے فرمایا کہ فتاویٰ ظہیریہ میں ہے کہ حضور سرور دو عالم ﷺ نے فرمایا ہے کہ جو شخص آیت الکرسی پڑھ کر گھر سے نکلے تو اللہ 70 ہزار فرشتوں کو حکم دیتا ہے کہ واپس آنے تک اس کی مغفرت کے لئے دعا کرتے رہو اور جو شخص آیت الکرسی پڑھ کر گھر میں داخل ہوگا اللہ تعالیٰ اس کے گھر سے مفلسی کو دور کردے گا۔

کشائش رزق

حضرت خواجہ غریب نوازؒ فرماتے ہیں کہ کشائش رزق کے لئے یہ دعا نہایت مؤثر ہے۔

"بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ یَا دَائِمَ الْعِزِّ وَالْمُلْکِ وَالْبَقَا یَا ذَاالْمَجْدِ وَالْعَطَا یَاوَدُوْدُ ذُوالْعَرْشِ الْمَجِیْدُ فَعَّالٌ لِّمَا یُرِیْدُ"

حل مشکلات

حضرت خواجہ غریب نوازؒ کا ارشاد ہے کہ جو شخص ان اسماء کو ہزار بار پڑھے گا مشکل سے مشکل مہم ضرور بالضرور سرانجام ہوگی:

"اَقْوٰیْ مُعِیْنٌ وَّاَهْدٰی دَلِیْلٌ بِحَقِّ اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَاِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ"

اللہ کے دوستوں سے ملاقات

جو شخص اللہ کے دوستوں سے ملاقات کا آرزومند ہو وہ یہ آیت بکثرت پڑھے:۔

اِنَّکَ جَامِعُ النَّاسِ لِیَوْمٍ لَّارَیْبَ فِیْهِ اِنَّ اللّٰهَ لَا یُخْلِفُ الْمِیْعَادَ ٥ (سورۃ آل عمران آیت نمبر 9)

قضائے حاجات وحل مشکلات

حضرت خواجہ غریب نوازؒ نے فرمایا ہے اگر کسی شخص کو کوئی مہم درپیش ہو یا نیک بخت فرزند کا آرزومند ہو، یا کسی کا لڑکا بھاگ گیا ہو اس کو

رَبِّ هَبْ لِیْ مِنْ لَّدُنْکَ ذُرِّیَّةً طَیِّبَةً اِنَّکَ سَمِیْعُ الدُّعَآءِ ٥ پڑھنا چاہئے۔ (سورۃ آل عمران آیت نمبر 38)

برکت اور روزی میں فراخی

جو شخص اس بات کا خواستگار ہو کہ اس پر برکت اور رحمت خداوندی نازل ہو، روزی فراخ ہو اور کسی کا محتاج نہ ہو تو یہ آیت پڑھا کرے:

رَبَّنَا اَنْزِلْ عَلَیْنَا مَائِدَةً مِّنَ السَّمَاءِ تَکُوْنُ لَنَا عِیْدًا لِّاَوَّلِنَا وَاٰخِرِنَا وَاٰیَةً مِّنْکَ وَارْزُقْنَا وَاَنْتَ خَیْرُ الرّٰزِقِیْنَ (سورۃ المائدہ آیت نمبر 114)

سلامتی ایمان

جو شخص چاہے کہ اس کی زندگی خیر سلامتی اور ایمان کے ساتھ گزرے تو یہ آیت بکثرت پڑھنی چاہئے:

رَبَّنَا اَفْرِغْ عَلَیْنَا صَبْرًا وَّثَبِّتْ اَقْدَامَنَا وَانْصُرْنَا عَلَی الْقَوْمِ الْکٰفِرِیْنَ (سورۃ بقرہ آیت نمبر 250)

دیو پری کے شر سے حفاظت

حضرت خواجہ غریب نوازؒ فرماتے ہیں کہ اگر کوئی شخص دیو پری اور دشمنوں کے شر سے امن میں رہنا چاہے تو یہ آیت بکثرت پڑھنی چاہئے:

رَبِّ اجْعَلْ هٰذَا الْبَلَدَ اٰمِنًا وَّاجْنُبْنِیْ وَبَنِیَّ اَنْ نَّعْبُدَ الْاَصْنَامَ. (سورۃ ابراہیم آیت نمبر 35)

بہشت میں جانے کا عمل

حضرت خواجہ غریب نوازؒ فرماتے ہیں کہ حضور سرور عالم ﷺ نے فرمایا ہے کہ جو شخص اس دعا کو معنی سمجھ کر ایک مرتبہ پڑھے اور اسی دن مر جائے تو بہشتی ہوگا اور اگر رات کو مراتب بھی بہشتی ہوگا:

"بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ لَآاِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ خَلَقْتَنِیْ وَاَنَا عَبْدُکَ وَاَنَا عَلٰی عَهْدِکَ وَوَعْدِکَ مَااسْتَطَعْتُ اَعُوْذُبِکَ مِنْ شَرِّمَا صَنَعْتُ اَبُوْءُ لَکَ بِنِعْمَتِکَ عَلَیَّ وَاَبُوْءُ لَکَ بِذَنْبِیْ فَاغْفِرْلِیْ فَاِنَّهٗ لَایَغْفِرُالذُّنُوْبَ اِلَّا اَنْتَ بِرَحْمَتِکَ یَااَرْحَمَ الرّٰحِمِیْنَ."

عبقری 31 — **درد سر آدھا یا پورا:** اسطخدوس اور کالی مرچ ہم وزن اور دھنیا ایک تولہ ان تمام کا سفوف بنالیں۔ دو ماشہ صبح وشام پانی سے لیں۔

خوبصورتی کا حصول ممکن ہے

(ڈاکٹر عائشہ جمیل)

لیموں وٹامن سی کا سرچشمہ ہے اس لیے اسے جلد کیلئے مؤثر اور بہترین قرار دیا گیا ہے۔ اس میں بلیچ کرنے کی صلاحیت بھی موجود ہے۔ رنگ اگر سانولی ہو تو اس سے پریشان ہونے کی ضرورت نہیں، لیموں کے رس کے استعمال سے رنگت نہ صرف نکھر سکتی ہے۔

ڈپریشن خوبصورتی کا دشمن

گھریلو خواتین بالعموم ذہنی دباؤ اور ڈپریشن کا شکار ہوتی ہیں۔ گھریلو کام کاج بچوں کی ذمہ داری، وقت بے وقت مہمانوں کی آمد، بے خوابی اور کام کی زیادتی انہیں تھکاوٹ اور بے چینی کی سی کیفیات میں مبتلا کر دیتی ہے۔ ڈپریشن اور اعصابی کشمکش، نسوانی حسن و خوبصورتی پر برے اثرات مرتب کرتی ہے۔ ماہرین حسن و صحت کا کہنا ہے کہ ایسی کیفیات سے خواتین، چہرے کی تازگی و دلکشی، جسمانی خوبصورتی اور آنکھوں کی چمک سے محروم ہو جاتی ہیں۔ ایسے میں بہتر سے بہتر میک اپ بھی اُن کی خوبصورتی کو سہارا نہیں دے سکتا کیونکہ وہ جسمانی طور پر چاق و چوبند اور چست نہیں ہیں۔ اگر آپ ایسی کشمکش میں مبتلا ہوں تو اس کے وجود کا پتہ چلانا بڑا ضروری ہے۔ ماہرین کے مطابق اگر آپ ڈپریشن یا دباؤ کا شکار ہوں تو پیدل چلیے، پندرہ بیس منٹ کی پیدل واک سے غیر معمولی طور پر آپ خود میں تبدیلی محسوس کرنے لگیں گی۔ اسی طرح ایسے عالم میں اچھی کتاب کا مطالعہ، کسی اچھی دوست سے باتیں کر کے بھی ذہنی خلفشار کو کم کیا جا سکتا ہے، خواتین خانہ کیلئے ماہرین کا مشورہ ہے کہ وہ فارغ اوقات میں کسی نہ کسی دلچسپی اور مشغلے کو ضرور اپنائیں۔ خواہ یہ گھر میں لگے پودوں کو پانی دینے کا مشغلہ ہی کیوں نہ ہو۔

نیند سے جھریوں کا خاتمہ کیسے ممکن ہے

بیشتر خواتین کے چہرے پر دانے وغیرہ نکل آتے ہیں جو بعد ازاں داغ چھوڑ جاتے ہیں۔ اسی طرح آنکھوں کے گرد حلقے پڑ جانا بھی خواتین کیلئے ایک بڑا مسئلہ ہوتا ہے۔ اس کیلئے فیملی ڈاکٹر سے رجوع کرنا ضروی ہے کیونکہ بسا اوقات جسمانی بیماریاں بھی آنکھوں کے گرد سیاہ حلقوں کا باعث بنتی ہیں۔ چہرے پر نکلنے والے دانوں کو کبھی ہاتھ سے نہ دبایئے۔ اپنے چہرے کو دن میں کم از کم چار مرتبہ ایسے صابن سے دھویئے جس سے آپ کو نہ تو الرجی ہوتی ہو اور نہ ہی یہ صابن چہرے پر خشکی پیدا کرتا ہو۔ داغ اور دھبوں کے خاتمہ کیلئے اگر آپ بیسن سے منہ دھوئیں تو یہ نتیجہ خیز ثابت ہو گا۔ ہفتہ میں کم از کم تین بار بیسن سے منہ دھویئے اور پھر خشک کر کے ایسی کریم لگایئے جو آپ کو سوٹ کرتی ہو اور جس سے چہرے کی جلد نرم ہو جائے۔ جھریوں کے خاتمہ کیلئے پہلے تو یہ معلوم کیجئے کہ آپ پوری نیند لیتی ہیں یا نہیں۔ دوسرا یہ کہ آپ بلاوجہ پریشانی اور ٹینشن میں مبتلا تو نہیں ہیں۔ اگر ایسا نہیں ہے تو پھر صبح سویرے بستر سے اٹھتے ہی اپنے دونوں ہاتھوں کی انگلیوں کو آپس میں رگڑیں، جب وہ تھوڑی سی گرم ہو جائیں تو آہستگی کے ساتھ انہیں آنکھوں کے نیچے حلقوں پر مس کریں۔ انگلیوں کی حرارت سے حلقے معدوم ہوتے چلے جائیں گے یہ عمل دن میں دو تین مرتبہ بھی کیا جا سکتا ہے۔

لیموں بلیچ کریم کا متبادل

شفاف جلد اور چمکتا دمکتا چہرہ کس کا خواب نہیں مگر کیا آپ کو علم ہے کہ قدرت نے لیموں کے رس میں جلد کی تازگی اور شفاف پن کا خزانہ مخفی کر رکھا ہے۔ جی ہاں، لیموں وٹامن سی کا سرچشمہ ہے اس لیے اسے جلد کیلئے مؤثر اور بہترین قرار دیا گیا ہے۔ اس میں بلیچ کرنے کی صلاحیت بھی موجود ہے۔ رنگت اگر سانولی ہو تو اس سے پریشان ہونے کی ضرورت نہیں۔ لیموں کے رس کے استعمال سے رنگت نہ صرف نکھر سکتی ہے بلکہ آپ کا چہرہ بھی حسین ہو سکتا ہے۔ لیموں کا رس نچوڑ لیجئے اور تقریباً آدھے لیموں کے رس میں انڈے کی تھوڑی سی زردی پھینٹ کر اسے لیموں کے خالی اور صاف آدھے حصے کے ٹکڑے میں ڈال دیجئے اور اس میں مزید تھوڑا سا لیموں کا رس ملا لیجئے۔ اسے رات بھر پڑا رہنے دیں تا کہ لیموں کے چھلکے کا تیل اچھی طرح اس میں مکس ہو جائے۔ دوسری صبح کو یہ مکسچر روئی کی مدد سے پورے چہرے پر مل لیجئے تاہم آنکھوں کے حصے کی تھوڑی سی جگہ چھوڑ دیں اس کے بعد تقریباً پندرہ منٹ لگا رہنے دیجئے اور پھر ہلکے نیم گرم پانی سے منہ دھو لیجئے۔ لیموں کے رس کا معجزاتی اثر آپ کو خود نظر آنے لگے گا اس سے آپ کا چہرہ نہ صرف شفاف اور چمکدار ہو جائے گا بلکہ قدرتی رنگ میں بھی نکھار پیدا ہو جائے گا۔ ہفتے میں دو بار اس عمل کو دہرایئے یہاں تک کہ آپ کی جلد چاند کے حسن کو شرمانے لگے۔

نامردی کیلئے نسخہ

اسگند ناگوری 50 گرام، بدھارا 50 گرام کو پیس کر سفوف بنا لیں۔ رات کو سوتے وقت 10 گرام سفوف دودھ کے ساتھ لیں، 40 دن لگاتار استعمال کریں لاجواب چیز ہے۔ (رانا محمد مجید خان، فیصل آباد)

نیچرل بیوٹی

زیادہ چکنی جلد بھی خواتین کیلئے بسا اوقات بہت سے مسائل پیدا کرتی ہے۔ بالخصوص میک اپ کیلئے ایسی جلد بہت توجہ اور محتاط رویہ چاہتی ہے۔ اگر ایسا ہے تو ایک بہترین اور آزمودہ نسخہ حاضر ہے۔ سیب کا استعمال بلاشبہ ایک مؤثر ٹانک ہے۔ اگر آپ صبح نہار منہ ایک سیب کھائیں تو اس سے آپ کی جلد اور رنگت میں قدرتی حسن اور نکھار پیدا ہو گا۔ لیکن اگر آپ ایک سیب باریک پیس کر اس کا لیپ بنا لیں اور پورے چہرے پر اس کا لیپ کر دیں پھر تقریباً دس منٹ کے بعد ہلکے نیم گرم پانی سے منہ دھو لیں تو اس سے نہ صرف چہرے کی فالتو چکنائی دور ہو جائے گی بلکہ ایسا کرنے سے آپ کی جلد کا رنگ بھی چمک اٹھے گا۔

فاؤنڈیشن کا انتخاب

میک اپ اور فاؤنڈیشن کا چولی دامن کا ساتھ ہے۔ ماہرین نے اسے میک اپ کی بنیادی ضرورت قرار دیا ہے۔ فاؤنڈیشن کا انتخاب بھی ایک مرحلہ ہوتا ہے کیونکہ فاؤنڈیشن کا انتخاب جلد کی رنگت کی مناسبت سے کیا جاتا ہے۔ عام طور پر ایسا شیڈ ہونا چاہیے جو قدرتی جلد کی رنگت سے ہم آہنگ ہو۔ فاؤنڈیشن جلد کو چکنا، رنگ کو متوازن، داغ دھبوں کو چھپانے اور قدرتی رنگت میں نکھار پیدا کرنے کیلئے معاون ہوتی ہے۔

عملیات اور طب سیکھنے کے خواہش مند

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر آخر لوگ علم کو چھپا کر قبر میں کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں، مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف، عملیات یا طب و حکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں، بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں، پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ اکثر بہت جلدی سب کچھ پانا چاہتے ہیں حالانکہ یہ علم مسلسل محنت اور کوشش سے حاصل ہوتا ہے۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔

(ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

دافع احتلام: اسپغول کی بھوسی چھ ماشہ صبح نہار، دودھ سے لیں ایک ہفتہ تک۔

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

وہ بچے جن کی ماں نہیں ہے اور آپ کو ان کی پرورش کا موقع ملا ہے تو آپ ان سے پیار کریں‘ ان کی خوشیوں میں خوش ہونا سیکھیں‘ انہیں اچھی تعلیم دیں‘ اچھی تربیت کریں۔ یہ آپ کا کہا مانیں تو ان کی حوصلہ افزائی کریں‘ انہیں انعامات دیں۔

کچھ محرومیاں دور ہوں

میری پہلی شادی ہے اور شوہر کی دوسری۔ ان کی پہلی بیوی کو کینسر ہوگیا تھا۔ دو بچے ہیں جو اب میرے ساتھ ہی رہتے ہیں۔ میری ساس انہیں اپنے پاس لے جانا چاہتی ہیں لیکن شوہر کی خواہش ہے وہ اسی گھر میں رہیں۔ ان کی عمریں پانچ اور سات سال ہیں۔ بہت ہی شریر ہیں‘ مجھے بہت غصہ آتا ہے مگر کچھ نہیں کہہ سکتی۔ میرے ہاں ابھی تک کوئی اولاد نہیں‘ یہ سوچ کر اور بھی دکھ ہوتا ہے۔ میری مایوسی کے سبب سسرال اور میکے میں سب ہی پریشان ہیں‘ میرے ساتھ والدہ بھی روتی ہیں۔ (اسماء......ملتان)

جواب: کس قدر ہی پرآشوب آزمائشی دور ہو انسان کو گھبرانا اور مایوس نہیں ہونا چاہیے۔ جن حالات کو تبدیل نہ کیا جاسکے انہیں مثبت طرز فکر سے قبول کرلینا بہتر عمل ہے۔ آپ مایوسی کا شکار ہیں یہی وجہ ہے کہ والدہ بھی غمگین ہوگئی ہیں۔ وہ بچے جن کی ماں نہیں ہے اور آپ کو ان کی پرورش کا موقع ملا ہے تو آپ ان سے پیار کریں‘ ان کی خوشیوں میں خوش ہونا سیکھیں‘ انہیں اچھی تعلیم دیں۔ ان کی اچھی تربیت کریں۔ یہ آپ کا کہا مانیں تو ان کی حوصلہ افزائی کریں‘ انہیں انعامات دیں۔ ان کی خوشیاں منائیں۔ آپ کو وہ سب حاصل ہو جائے گا جس کی آپ کو خواہش ہے۔

سب ہی چپ ہیں

میرے والدین اس دنیا میں نہیں ہیں۔ ایک بہن ہے وہ بھی شہر سے دور ہے۔ میں بھائی اور بھابی کے ساتھ رہتی ہوں۔ بھابی اپنے رشتہ داروں میں میری شادی کروا رہی ہیں۔ لڑکا عمر میں مجھ سے بہت بڑا ہے اور اگر میں عمر کا خیال نہ کروں تو وہ مالی طور پر بھی مستحکم نہیں۔ تعلیم مجھ سے بہت کم ہے۔ بھابی بار بار کہتی ہیں کہ میری شادی کے بعد وہ فرض سے سبکدوش ہو جائیں گی۔ عزیز رشتہ دار آتے ہیں مگر سب ہی چپ ہیں۔ کسی کو بھی میرے احساسات کی پروا نہیں۔ محلے میں ایک لڑکا ہے جو میرے ساتھ سکول میں پڑھتا تھا‘ آج کل ملک سے باہر ہے۔ اگلے ماہ آنے والا ہے۔ بھابی اس سے بہت چڑتی ہیں۔ وہ خوش شکل اور اچھے گھرانے سے تعلق رکھتا ہے۔ مجھے ڈر ہے کہ بھابی اس کے آنے سے پہلے ہی کہیں میری شادی نہ کردیں۔ (مہرین......کراچی)

جواب: زندگی کے فیصلے زبردستی نہیں کرنے چاہیے۔ اس مشکل وقت میں آپ ہمت سے کام لیں اور اپنی بہن کو موجودہ حالات کے بارے میں بتادیں‘ اپنی رائے کا بھی اظہار کیجئے گا۔ وہ آپ کی مدد آسانی سے کرسکتی ہیں اور بھائی کو بھی سمجھا سکتی ہیں کہ جو رشتہ انہوں نے پسند کیا ہے وہ ٹھیک نہیں۔

کچھ پتا نہیں چلتا

سوال: میرا سب سے بڑا مسئلہ بے روزگاری ہے۔ عرصہ تک تلاشِ معاش میں سرگرداں رہنے کے بعد زندگی کے اتنے نشیب و فراز دیکھنے کے بعد طبیعت یکسر بدل گئی ہے۔ سخت چڑچڑا ہوگیا ہوں۔ بات بات پر غصہ آجاتا ہے۔ بعض اوقات تو ذہن ماؤف ہو جاتا ہے اور کچھ پتا نہیں چلتا کہ میرے سامنے ماں کھڑی ہے یا باپ۔ بعد میں سخت ندامت اٹھانی پڑتی ہے۔ مایوسی کے گہرے اندھیروں میں امید کی کوئی کرن نظر نہیں آتی۔ اب تک خیال تھا خدا نیک لوگوں کی بڑی جلدی سنتا اور ان کی مدد کرتا ہے۔ مگر میرا تجربہ اس کے برعکس ہے۔ مہربانی کرکے میری اس پریشانی میں رہنمائی کریں۔ (انور راہی۔ فیصل آباد)

جواب: آپ کا خط پڑھ کر بڑا دکھ ہوا۔ بے روزگاری نے اکثر نوجوانوں کو مایوسی کے غار میں دھکیل دیا ہے۔ یہ تنہا آپ کا معاملہ نہیں بلکہ ہر اس پڑھے لکھے نوجوان کا ہے جو تعلیم محض ملازمت کے لیے حاصل کرتا ہے۔ عزیز من! ایسے وقت میں گھبرانے اور دل چھوڑ جانے سے کچھ نہیں بنتا۔ تعلیم کی ناقدری آپ کے سامنے ہے۔ ایف اے، بی اے کو آجکل کون پوچھتا ہے؟ میرا مخلصانہ مشورہ یہ ہے کہ آپ بی۔اے کا امتحان تو دے لیں، مگر بی اے کرنے کے بعد کسی ملازمت کی تلاش میں سرگرداں رہنے کی بجائے کوئی ہنر سیکھیں۔ ہنر سیکھنا کوئی عیب نہیں۔ صرف یہی ایک ذریعہ ہے جس سے آپ والدین کی خواہشات بھی پوری کر سکتے ہیں اور اپنے آپ کو صحیح مصرف میں بھی لا سکتے ہیں۔

آپ نے درست کہا ہے کہ بے روزگاری سے مزاج چڑچڑا ہو جاتا ہے اور انسان بات بات پر غصہ نکالتا رہتا ہے۔ اس کا علاج یہی ہے کہ کسی ہنر میں کمال حاصل کیجئے۔ اللہ تعالیٰ نے اس میں بڑی برکت رکھی ہے۔ آپ کا شہر بڑا صنعتی شہر ہے۔ بس معمولی سی کوشش سے ہر طرح کا کام سیکھ سکتے ہیں۔ اب دیکھیے نا، ہر سال ہزاروں کی تعداد میں لوگ بی۔اے پاس ہوتے ہیں، ہر ایک کے لیے ملازمت کہاں سے آئے؟ لوگ یونہی ہاتھ کے کام سے گھبراتے ہیں ورنہ اہل ہنر تو اس قدر رزقِ حلال حاصل کررہے ہیں جو ملازمت پیشہ افراد کو بھی میسر نہیں۔ اگر آپ بی اے اچھے نمبروں میں پاس کرلیں تو اپنے ہی شہر میں ٹریننگ کالج میں بی ایڈ میں داخلہ لے لیجئے۔ اس سے فارغ ہونے پر آپ کو یقیناً کسی نہ کسی سکول میں جگہ مل جائے گی۔ گھبرائیں نہیں، آپ کے صبر کا امتحان ہو رہا ہے، امید ہے آپ اس امتحان میں پورا اتریں گے۔

دو جہانوں کے کاموں کی خیر و برکت

معاش کی کشادگی وفراخی اور ترقی رزق کیلئے عمل

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّ عَلٰی آلِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ اَفْضَلَ صَلَوَاتِکَ بِعَدَدِ مَعْلُوْمَاتِکَ وَ بَارِکْ وَسَلِّمْ عَلَیْهِ o

40 دن ہزار بار بلاناغہ دن رات پڑھا جائے۔ بہت زیادہ مفید ہے اور نہایت مجرب ہے۔ (شمروز خان، میانوالی)

درس کی سی ڈیز اور کیسٹ : حکیم صاحب کی ہر منگل کے درس کی سی ڈیز اور کیسٹ دستیاب ہیں۔

قیمت سی ڈی 35 روپے کیسٹ 35 روپے

ڈیمانڈ کے مطابق V.P کی سہولت بھی موجود ہے۔

اَللّٰہُ الصَّمَدُ اور انمول خزانہ کی کرامات

میں نے دل ہی دل میں درود شریف پڑھ کر خزانہ نمبر 2 پڑھا۔ پڑھ کر اس عورت پر پھونکنا شروع کردیا۔ تقریباً 21 بار پڑھا ہوگا۔ غیر محسوس طریقے سے 3 پھونکیں ماری، آپ یقین جانئے پتہ نہیں مجھے کیوں اتنا یقین تھا کہ یہ مان جائے گی۔ (مسرت ضیاء، گجرات)

میں کھاریاں شہر میں لیڈی ہیلتھ ورکر ہوں۔ ایک دفعہ میں کھاریاں کے ساتھ واقع ایک گاؤں میں بچوں کو پولیو کے قطرے پلانے گئی۔ ایک خاتون نے مجھے باتوں باتوں میں اپنی زندگی کا ایک سچا واقعہ بتایا جس کی میں نے گاؤں میں موجود کئی خواتین سے تصدیق بھی کی ہے۔ اس عورت نے کہا باجی میرا میاں باہر کے ملک میں تھا۔ کمپنی نے میرے میاں کے 12 لاکھ روپے دینے تھے کہ جھگڑا ہوگیا۔ انہوں نے میرے میاں کو واپس پاکستان بھیج دیا۔ اس وقت ان کے پاس تقریباً 30 ہزار روپے تھے جبکہ پچھلے 6 ماہ سے انہیں تنخواہ بھی نہیں ملی تھی۔ گھر آئے تو میں نے پچھلے چھ ماہ سے قرضہ لے لے کر کاغذ کالے کیے ہوئے تھے۔ جب میں نے پیسے مانگے تو ناراض ہونے لگے کہ میرے پاس صرف 30 ہزار روپے ہیں اور قرضہ تم نے 60 ہزار روپے لیا ہے۔ میں کہاں سے دوں۔ جھگڑا اتنا بڑھا کہ بات علیحدگی تک جا پہنچی۔ کسی بزرگ نے مجھے یہ وظیفہ دیا کہ سوا کلو گندم کے ہر دانے پر "اَللّٰہُ الصَّمَدُ" پڑھیں اور پھر نہر میں گرادیں۔ آپ یقین جانیے صرف ایک دن دانے پھینکے، دوسرے دن کمپنی والوں نے 12 لاکھ کا چیک انہیں بھیج دیا۔ امید تو دور کی بات، کبھی سوچا بھی نہ تھا کہ پیسے مل جائینگے۔

چونکہ میں لیڈی ہیلتھ ورکر ہوں لہٰذا گھر کا ہر فرد مجھ پر اعتماد کرتا ہے۔ ایک دفعہ ویکسینیٹر ٹیکے لگانے آیا تھا۔ میں ایک گھر میں بچے کو بلانے گئی کہ اس کی ماں بچے کو حفاظتی ٹیکہ لگوالے۔ معلوم ہوا کہ ماں تو گھر میں نہیں ہے۔ پوچھنے پر پتہ چلا کہ وہ گھر والوں سے روٹھ کر ہمسائے کے گھر گئی ہے۔ 5 دن کی بیٹی تھی اور دوسری ڈیڑھ سال کی۔ گھر میں ساس اور اس کا بیٹا بیٹھے تھے۔ میں ہمسائے کے گھر گئی۔ سردی کا موسم تھا۔ وہ عورت اپنی بچیوں کو لے کر لیٹی تھی۔ جہاں وہ عورت گئی تھی، بتاتی چلوں کہ ان کا ایک ہی کمرہ تھا، نہ کچن، نہ باتھ، نہ برآمدہ۔ جب میں نے وجہ پوچھی تو کہنے لگی کہ بچی بیمار تھی۔ میرے پاس پیسے نہیں تھے۔ میں کسی سے پیسے ادھار لے کر دوائی لائی تو خاوند آکر ناراض ہوا اور بات بڑھتے بڑھتے لڑائی جھگڑے تک پہنچ گئی۔ اب میں نے ادھر نہیں رہنا، اپنے میکے جاؤں گی۔ گھر والے کہنے لگے کہ ہم نے اس کو کہا تھا کہ ہم تمہیں تمہارے والدین کے گھر چھوڑ آتے ہیں مگر اس نے انکار کردیا۔ مجھے کچھ سمجھ میں نہیں آرہا تھا کہ کیا پڑھوں اور یہ مان جائے۔ میں نے دل ہی دل میں درود شریف پڑھ کر خزانہ نمبر 2 پڑھا۔ پڑھ کر اس عورت پر پھونکنا شروع کردیا۔ تقریباً 21 بار پڑھا ہوگا اور غیر محسوس طریقے سے 3 پھونکیں ماریں۔ آپ یقین جانئے پتا نہیں مجھے کیوں اتنا یقین تھا کہ یہ مان جائے گی۔ میں نے اسے چلنے کو کہا۔ ایک بچی میں نے اٹھائی ایک اس نے اور میں اسے اس کے گھر چھوڑ آئی۔ اس کے خاوند اور ساس کو سمجھایا کہ ابھی کچھ نہیں کہنا۔ کم از کم میری لاج رکھنا بعد میں پتہ چلا کہ اس کے ہمسائے ناراض ہوگئے تھے کہ ہماری بات نہ مانی اور پرائی باجی کی مان لی۔ یہ خود میرا اپنا واقعہ ہے جو میاں بیوی میں انمول خزانہ کی وجہ سے صلح ہوئی۔

اس طرح کا ایک واقعہ میری ایک ساتھی کا ہے۔ اس نے میرے ذریعے ایجنٹ کے پاس اپنے میاں کا کیس جمع کروایا تھا تاکہ وہ بیرون ملک جاسکے۔ مجھ سے تقریباً 20 ہزار روپے بھی دلوائے تھے۔ چھ ماہ گزر جانے کے بعد بھی اس کا کام نہیں بنا۔ میں خود پریشان ہوگئی تھی کہ نہ کام بنے نہ پیسے واپس ملیں۔ میں نے اپنی ساتھی کو درود شریف پڑھنے کا کہا مگر بات بنتی نظر نہ آئی۔ کافی دن سوچ بچار کے بعد میں نے اسے **"اَللّٰہُ الصَّمَدُ"** روزانہ ایک ہزار بار پڑھنے کو کہا۔ میں خود بھی روزانہ ایک ہزار بار **"اَللّٰہُ الصَّمَدُ"** کا ذکر کررہی تھی۔ یقین جانیے 21 دن نہیں گزرے تھے کہ ایجنٹ میرے گھر آکر پیسے واپس کرگیا اور اللہ پاک نے اپنے نام کی برکت سے مجھے رسوائی سے بچالیا۔

(بقیہ: روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ)

آپ کے ماہنامہ عبقری میں ماہانہ روحانی محفل کے بارے میں پڑھا اور پھر اس پر عمل کیا اور اس کے بے شمار فوائد حاصل ہوئے، ہمیں اتنی کامیابیاں حاصل ہوئیں کہ جس پر اللہ کا جتنا شکر ادا کیا جائے کم ہے۔ ہماری بے شمار پریشانیاں حل ہوئیں میں اور میری چھوٹی بہن امتحان میں مسلسل ناکام ہورہی تھیں۔ ہم نے ماہانہ روحانی محفل میں شرکت کی اور اللہ سے کامیابی کی دعا کی، اللہ نے ہم پر اپنی رحمت کی۔ ہماری خالہ طلاق یافتہ تھیں اور ان کو کوئی بہترین شریک حیات نہیں مل رہا تھا۔ انہوں نے بھی یہ وظیفہ کیا اور بہترین جگہ پر ان کی شادی ہوگئی اور اب وہ ماشاءاللہ اپنے گھر بہت خوش ہیں۔ اس کے علاوہ ہم دو انمول خزانے بھی پڑھتے ہیں اور اس کے بھی بے شمار فوائد حاصل ہوئے ہیں۔ (راشدہ مجیب)

عبقری آپ کے شہر میں

کراچی: رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-2168390۔ **پشاور**: اطلس نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-9595273۔ **راولپنڈی**: کمبائنڈ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 051-5505194۔ **لاہور**: شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 042-7236688۔ **سیالکوٹ**: ملک اینڈ سنز ریلوے روڈ، 0524-598189 **ملتان**: الشیخ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-7388662۔ **رحیم یار خان**: امانت علی اینڈ سنز، 068-5872626۔ **خانیوال**: طاہر سٹیشنری مارٹ۔ **علی پور**: ملک نیوز ایجنسی، 0333-7684684۔ **ڈیرہ غازی خان**: عمران نیوز ایجنسی، 064-2017622۔ **جھنگ**: حافظ طلحہ اسلام صاحب، جامعہ عثمانیہ سٹلائیٹ ٹاؤن 0334-6307057۔ **حاصل پور**: گلزار ساجد صاحب نیوز ایجنٹ، 062-2449565۔ **درگاہ پاکپتن**: مہر آباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڈ پاکپتن 0333-6954044۔ **کلورکوٹ**: محمد اقبال صاحب، حذیفہ اسلامی کیسٹ ہاؤس۔ **مظفر گڑھ**: النور نیوز ایجنسی، 066-2413121۔ **گجرات**:۔ خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8421027۔ **چشتیاں**: حافظ محمد اظہر، اکبر بوٹ ہاؤس 0632-508841۔ **شورکوٹ کینٹ**: مکتبہ اسلامیہ، 0302-7296211۔ **بہاولپور**: ابومعاویہ، قاسمی نیوز ایجنسی 0333-6367755 **بوریوالہ**: سید شیخ احمد شہید تحصیل والی گلی 0300-7591190۔ **وہاڑی**: فاروق نیوز ایجنسی ٹھینگ موڑ، 0333-6005921۔ **بھیرہ شریف**: شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ، 0301-6799177۔ **ٹوبہ ٹیک سنگھ**: حاجی محمد یسین جنگ نیوز ایجنسی 0462-511845 ۔ **وزیر آباد**: شاہد نیوز ایجنسی، 0345-6892591۔ **ڈسکہ**: نایاب نیوز ایجنسی، 0300-6430315۔ **حیدرآباد**: الحبیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026۔ **سکھر**: الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز، 071-5613548۔ **کوئٹہ**: خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805 **اٹک**: نعیم پنسار سٹور حضرو ضلع اٹک، 0301-5514113۔ **میلسی**: امتیاز احمد صاحب الواحد ٹیسٹی ریسٹورنٹ، 0321-7982550۔ **خان پور**: چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654۔ **واہ کینٹ**: حبیب لائبریری اینڈ بک ڈپو لیاقت علی چوک، 0514-543384۔ **فیصل آباد**:۔ ملک کاشف صاحب، نیوز ایجنٹ اخبار مارکیٹ، 0300-6698022۔ **صادق آباد**: عاصم منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624۔ **قلعہ دیدار سنگھ**: عطاء الرحمٰن مکہ میڈیکل سٹور، سول اسپتال قلعہ دیدار سنگھ، 0300-7451933۔ **بھکر**: ممتاز احمد، نیوز ایجنٹ چشتی چوک، 0300-7781693۔ **کوٹ ادو**: عبدالمالک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی، 0333-6008515 **منڈی بہاؤ الدین**: آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر 0546-504847۔ **احمد پور شرقیہ**: بخاری نیوز ایجنسی، 0302-8674075 **بنوں**: امیر احمد جان 0333-9748847۔ **نارووال**: محمد اشفاق صاحب، باؤ جی نیوز ایجنسی ضیاء شہید چوک ظفروال۔ **جہانیاں**: حافظ نذیر احمد، جمال کالونی نزد تھانہ، 0333-7646085 **گوجرانوالہ**: رحمٰن نیوز ایجنسی، 0300,6422516 **سرگودھا**: احمد حسن، مدنی کیسٹ اینڈ جنرل سٹور مدنی مسجد سرگودھا، 0301-6762480 **چکوال**: عمران فاروق، 0333-5778810 **شمالی علاقہ جات**: جاوید اقبال ہیلپ لائن نیوز ایجنسی مین روڈ گاہکوچ۔ غذر شمالی علاقہ جات۔ **گلگت**: نارتھ نیوز ایجنسی، مدینہ مارکیٹ۔ **ہنزہ**: ہنزہ نیوز ایجنسی علی آباد ہنزہ۔ **سکردو**: سودے بکس اسٹور۔ لنک روڈ سکردو، بلتستان نیوز ایجنسی نیا بازار سکردو۔

رسالے کا تبادلہ اطلاعاً عرض ہے کہ عبقری فی الحال بطور تبادلہ رسائل ارسال نہیں کیا جاتا۔

نماز فجر کے بعد "یَا رَحْمٰنُ" 298 بار پڑھنے سے کاروبار میں ترقی ہوگی اور مشکلات دور ہوجائیں گی۔

سنگھاڑے سے جسمانی کمزوری ختم

سنگھاڑے کا آٹا تین تولے، گھی چھ تولے لے کر آٹے کو اچھی طرح گھی میں بھون لیں۔ بعد ازاں چھ تولہ چینی پانی میں حل کر کے چاشنی بنائیں اور بھنے ہوئے آٹے میں ملا دیں۔ بس سنگھاڑے کا حلوہ تیار ہے۔ جو بے حد مقوی باہ ہوتا ہے۔

(زوہیب شیرازی، نواب شاہ سندھ)

انگریزی: Indian Water Chestnut

اس کا پوست سیاہ رنگ کا ہوتا ہے اور مغز سفید اور ذائقہ پھیکا ہوتا ہے۔ تازہ سنگھاڑہ سرد اور خشک ہوتا ہے۔ اس کی مقدار خوراک ایک تولہ سے ڈیڑھ تولہ ہے۔ اس کی حسب ذیل خصوصیات ہیں۔

(1) سنگھاڑہ مقوی باہ ہوتا ہے۔ (2) جریان کے علاج میں سنگھاڑے کا استعمال مفید ہوتا ہے۔ (3) یہ مادہ تولید پیدا کرتا ہے اور گاڑھا بھی کرتا ہے۔ (4) سنگھاڑہ قابض ہوتا ہے۔ (5) سنگھاڑہ دیر ہضم ہوتا ہے۔ (6) اس کو زیادہ مقدار میں کھانے کی صورت میں قولنج یا درد شکم کی شکایت ہو جاتی ہے۔ (7) حلق کی خشکی کو دور کرتا ہے۔ (8) امراض قلب میں سنگھاڑے کا استعمال مفید ہوتا ہے۔ (9) جسمانی کمزوری کو دور کرتا ہے اور جسم کو فربہ کرتا ہے۔ (10) گردہ اور مثانہ کی پتھری کو توڑتا ہے۔ (11) خونی دست آنے کی صورت میں سنگھاڑے کا استعمال بے حد مفید ہے۔ اگر تازہ نہ ملے تو خشک سنگھاڑہ ایک تولہ رگڑ کر صبح دوپہر اور شام ہمراہ پانی لینے سے فوراً فائدہ ہوتا ہے۔ اس کو دہی کے ساتھ بھی لیا جا سکتا ہے۔ (12) صفراوی بخار میں چھ ماشہ سفوف سنگھاڑہ ہمراہ پانی لینے سے فائدہ ہوتا ہے۔ (13) تپ دق، سل کو روکنے اور بیماری کی صورت میں سنگھاڑہ کھانا مفید ہوتا ہے۔ (14) سنگھاڑے کے استعمال سے دانت مضبوط اور چمکدار ہو جاتے ہیں۔ اس سے مسوڑھے بھی مضبوط ہوتے ہیں۔ (15) زخموں سے خون بہنے کو روکتا ہے۔ اس کو اندرونی اور بیرونی طور پر بھی استعمال کیا جا سکتا ہے۔ بیرونی طور پر سفوف سنگھاڑہ زخموں پر چھڑکا جاتا ہے۔ (16) گردے کی خرابی کی وجہ سے کھانسی کو فوراً روکتا ہے اور گردے کی اصلاح کرتا ہے۔ (17) سنگھاڑہ گرم امراض میں بے حد مفید ہوتا ہے لیکن سدہ پیدا کرتا ہے۔ (18) دودھ بیچنے والے سنگھاڑے کے آٹے کو دودھ میں ملا کر ابالتے ہیں تاکہ ملائی زیادہ آئے۔ (19) سنگھاڑے کا آٹا تین تولے، گھی چھ تولے لے کر آٹے کو اچھی طرح گھی میں بھون لیں۔ بعد ازاں چھ تولہ چینی پانی میں حل کر کے چاشنی بنائیں اور بھنے ہوئے آٹے میں ملا دیں۔ بس سنگھاڑے کا حلوہ تیار ہے۔ جو بے حد مقوی باہ ہوتا ہے۔ (20) نشے اور خمار کو سنگھاڑہ درست کرتا ہے۔ (21) مقعد کے ناسور کو دور کرتا ہے۔ (22) اگر سنگھاڑے کے استعمال سے کوئی نقصان محسوس ہو تو فوری طور پر چینی کا شربت نیم گرم کر کے پینے سے فائدہ ہوتا (23) کثرت پیشاب کو روکنے کیلئے سفوف سنگھاڑہ ایک تولہ روزانہ استعمال کرنے سے فائدہ ہوتا ہے۔ (24) دودھ کے ساتھ ایک تولہ سفوف سنگھاڑہ روزانہ استعمال کرنا مادہ تولید کو گاڑھا کرتا ہے۔

برسوں کا مجرب تجربہ

یَامُسَخِّرُ سَخِّرْ لِیْ کُلَّ مَخْلُوْقَاتٍ یَا بَاسِطُ:

320 مرتبہ ہر روز پڑھنا ہے۔ 120 دن تک پڑھیں۔ یہ عمل میں نے خود بھی کیا ہے اور جو بھی اس عمل پر عمل کرتا ہے وہ ضرور کامیاب ہوتا ہے، تین چلہ کا عمل ہے۔

(چوہدری فہد خان، لاہور)

منی آڈر اور خط بھیجنے والے ضرور پڑھیں

اکثر منی آڈر پر پتہ مکمل اور وضاحت نہیں لکھی ہوتی کہ رقم کس مقصد کے لیے بھیجی گئی ہے اور پتہ بالکل پڑھا نہیں جاتا۔ اس لیے جوابی لفافے یا منی آرڈر پر پتہ نہایت واضح صاف، خوشخط اور اردو میں لکھیں اور اپنا فون نمبر ضرور لکھیں۔ پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ اگر نہ بھیجا تو جواب نہ ملے گا بغیر پتہ لکھے جوابی لفافہ نہ بھیجیں۔ قارئین کی سہولت کے لئے کتب، ادویات اور رسالہ VP یعنی فون یا خط پر ہم فوری طور پر بذریعہ ڈاک آپ کو مہیا کرتے ہیں۔ افسوس ناک پہلو یہ ہے کہ VP منگوانے کے بعد، اکثر وصول نہیں کرتے اور واپس کر دیتے ہیں۔

محرم الحرام ادب کا مہینہ

محرم الحرام میں روزہ رکھنے کی بہت فضیلت ہے۔ پہلی تاریخ سے دس تاریخ تک روزہ رکھے یا پہلی تاریخ کا اور نویں دسویں کا روزہ رکھنا افضل ہے۔

سرور کائنات ﷺ ارشاد فرماتے ہیں کہ محرم الحرام بہت ہی بابرکت مہینہ ہے۔ شب عاشورہ اور یوم عاشورہ کی عبادات کے بے حد فضائل ہیں۔ حضور اقدس ﷺ نے فرمایا کہ محرم کا چاند دیکھ کر چار مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھ کر اپنے اوپر دم کرنا بہت افضل ہے۔

نفل نماز:

اوّل شب بعد نماز عشاء آٹھ رکعت نماز چار سلام سے پڑھے اور ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص گیارہ گیارہ دفعہ پڑھیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس نماز کی برکت سے روز حشر اللہ پاک اس نماز کے پڑھنے والے اور اس کے گھر والوں کی شفاعت فرمائے گا۔

اوّل شب بعد نماز عشاء چار رکعت نماز دو سلام سے پڑھے اور سورۂ فاتحہ کے بعد ہر رکعت میں سورۂ اخلاص گیارہ گیارہ مرتبہ پڑھنی ہے پھر بعد اسلام کے یہ دعا گیارہ مرتبہ پڑھے۔

سُبُّوْحٌ قُدُّوْسٌ رَبُّنَا وَ رَبُّ الْمَلٰئِکَةِ وَالرُّوْحِ

اس نماز کے پڑھنے سے بے شمار عبادات کا ثواب اللہ رب العزت کی طرف سے عطا کیا جائے گا۔

نفل نماز پہلی تاریخ محرم الحرام:

پہلی تاریخ کو بعد نماز ظہر کے دو رکعت نماز اس طرح پڑھیں کہ اوّل رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص تیرہ بار۔ دوسری رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص بارہ مرتبہ پڑھیں۔ پھر بعد سلام کے یہ دعائے مکرم ایک مرتبہ پڑھے:

اَللّٰهُمَّ اَنْتَ اللّٰهُ الْاَبَدُ الْقَدِيْمُ. هٰذِهٖ سَنَةٌ جَدِيْدَةٌ اَسْئَلُکَ فِيْهَا الْعِصْمَةَ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيْمِ وَالْاَمَانَ مِنَ السُّلْطَانِ الْجَابِرِ وَ مِنْ شَرِّ کُلِّ ذِیْ شَرٍّ وَ مِنَ الْبَلَاءِ وَالْاٰفَاتِ وَاَسْئَلُکَ الْعَوْنَ وَالْعَدْلَ عَلٰى هٰذِهِ النَّفْسِ الْاَمَّارَةِ بِالسُّوْءِ وَالْاِشْتِغَالَ بِمَا يُقَرِّبُنِیْ اِلَيْکَ يَا بَرُّ يَا رَءُوْفُ يَا رَحِيْمُ يَا ذَاالْجَلَالِ وَالْاِکْرَامِ

(بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

عبقری 31 مقوی باہ: مصطگی رومی، دارچینی بڑی، الائچی سب ہم وزن، مصری اس سفوف سے نصف وزن ملا لیں چھ ماشہ دودھ سے رات کو سوتے ہوئے لیں۔

ایمانداری کا صلہ

شیطان انور کو بہکانے لگا کہ اس رقم سے تمہاری ضرورت پوری ہو جائے گی۔ اسے لے لو اور چپکے سے جیب میں ڈال لو۔ لیکن یکا یک اس کے کانوں میں ایک آوز گونجنے لگی: ''چاہے تم سات پردوں میں چھپ کر کوئی کام کرو پھر بھی اللہ تمہیں دیکھ رہا ہے'' (آغا شیدا کاشمیری)

کسی گاؤں میں ایک نہایت غریب بڑھیا رہتی تھی۔ اس کا ایک لڑکا تھا، انور۔ انور کا باپ بچپن ہی میں اللہ کو پیارا ہو گیا تھا۔ ماں نے محنت مزدوری کر کے اپنے بچے کی پرورش کی تھی۔

انور بلا کا ذہین تھا۔ اس نے گھر پر دینی تعلیم حاصل کی اور سکول سے بھی پانچویں جماعت پاس کر لی۔ آگے تعلیم جاری رکھنے کیلئے روپے کی ضرورت تھی۔ ماں میں اتنی سکت کہاں کہ وہ تعلیم کا بوجھ برداشت کر سکتی۔ مجبوراً انور کو سکول چھوڑنا پڑا۔

اب وہ مزدوری کر کے جو کچھ کما کر لاتا، اس سے دونوں ماں بیٹے کی گزر اوقات ہوتی۔ ایک مرتبہ گاؤں میں ایسا قحط پڑا کہ لوگ بھوکوں مرنے لگے۔ انور نے ماں سے کہا: ''ماں، اگر آپ اجازت دیں تو میں پاس کے شہر میں جا کر کوئی کام ڈھونڈوں، جس سے ہمارا گزارا اچھی طرح ہو جائے۔''

ماں کا دل بھر آیا۔ مگر جبر کر کے اسے جانے کی اجازت دے دی۔ جب انور اپنا سامان باندھ کر رخصت ہونے لگا تو ماں نے کہا ''بیٹا، خیر سے جاؤ اور خیر سے آؤ۔ اللہ تمہارا مددگار ہو۔ چند باتیں میری یاد رکھنا۔ اللہ تمہیں ہر وقت دیکھ رہا ہے۔ اگر تم سات پردوں میں بھی چھپ کر کوئی کام کرو گے تو بھی اللہ پاک تمہیں دیکھ رہا ہو گا۔''

انور نے کہا ''اللہ نے چاہا تو میں ان باتوں کو ہمیشہ یاد رکھوں گا۔'' ماں نے دعائیں دیں اور مسکراتے ہوئے اسے خدا حافظ کہا۔

انور رخصت ہو کر شہر آیا اور کام کی تلاش میں مارا مارا پھرتا رہا لیکن کسی جگہ شنوائی نہ ہوئی۔ جہاں جاتا، لوگ دھتکار دیتے۔ چار پانچ دن اسی طرح گزر گئے۔ ایک دن اسے اپنا ایک دوست اقبال مل گیا۔ انور نے اسے سارا ماجرا سنایا۔ اقبال اس کو اپنے گھر لے گیا اور اس کی سفارش سے انور کو ایک چھوٹے سے کارخانے میں کام مل گیا۔

کارخانے کا مالک بہت امیر آدمی تھا مگر دولت نے اسے اللہ سے غافل نہیں کیا تھا۔ وہ محنت سے روپیہ کماتا اور اسے بھلے کاموں پر صرف کرتا۔ اسے ایک ایسے آدمی کی ضرورت تھی جو ایمان دار ہو اور اس کی آمدنی کا حساب کتاب رکھے۔ جب انور نوکری کیلئے اس کے پاس آیا تو اس نے اس کے چہرے پر نیکی کے آثار دیکھے۔ چنانچہ اس نے انور کو ملازم رکھ لیا اور یہ دیکھنے لگا کہ اس کی عادتیں کیسی ہیں اور وہ کس طرح کام کرتا ہے۔ انور ہر وقت اپنی ماں کی نصیحت کو یاد رکھتا تھا۔ کارخانے کے دوسرے کاریگروں کا یہ حال تھا کہ جب تک مالک موجود رہتا، محنت سے کام کرتے۔ مگر جب وہ ادھر ادھر ہوتا سستی کرنے لگتے۔ مگر انور ایسا نہ تھا۔ اسے معلوم تھا کہ مالک موجود ہو یا نہ ہو، اللہ تعالیٰ دیکھ رہا ہے کہ میں اپنے کام کو ایمان داری سے کر رہا ہوں یا نہیں۔

مالک نے جلد ہی معلوم کر لیا کہ انور سب سے زیادہ اور سب سے اچھا کام کرتا ہے۔ اس نے فیصلہ کر لیا کہ انور کو حساب کتاب کا کام سکھا کر اپنا خزانچی بنائے گا۔ مگر ایسا کرنے سے پہلے اس کی ایمانداری کا امتحان لینا ضروری تھا۔

اور آج انور کا امتحان تھا۔ مالک نے انور کو بلایا اور حساب کا رجسٹر اسے دے کر کہا کہ الماری میں تین ہزار روپیہ پڑا ہے۔ گن کر دیکھ لو کہ حساب کے مطابق ہے۔ انور نے رجسٹر لیا، حساب دیکھا، پھر الماری کھولی اور روپیہ گننا شروع کیا۔ پانچ سو روپے ایسے تھے جن کا حساب میں ذکر نہ تھا۔ اگر وہ یہ روپیہ لے لیتا تو کوئی ثبوت ایسا نہ تھا جس سے ثابت کیا جا سکتا کہ اس نے چوری کی ہے۔

شیطان انور کو بہکانے لگا کہ اس رقم سے تمہاری ضرورت پوری ہو جائے گی۔ اسے لے لو اور چپکے سے جیب میں ڈال لو۔ لیکن یکا یک اس کے کانوں میں ایک آوز گونجنے لگی: ''چاہے تم سات پردوں میں چھپ کر کوئی کام کرو پھر بھی اللہ تمہیں دیکھ رہا ہے''

وہ پکار اٹھا ''میرا پروردگار مجھے دیکھ رہا ہے۔ یہ روپے پرائے ہیں۔ مجھے انہیں ہاتھ لگانے کا کوئی حق نہیں۔''

یہ کہہ کر اس نے **لاحول ولاقوۃ الا باللہ العلی العظیم** پڑھا اور روپے الماری میں رکھ دیئے۔ اتنے میں کارخانے کا مالک آ گیا۔ اس نے پوچھا ''انور، تم کس سے باتیں کر رہے تھے؟''

انور نے کہا ''جناب میں اپنے آپ سے باتیں کر رہا تھا۔''

مالک نے پوچھا ''معاملہ کیا تھا؟''

اب انور سے ضبط نہ ہو سکا۔ کہنے لگا ''جناب، آپ نے مجھے حساب کتاب کرنے کے متعلق کہا تھا۔ میں نے حساب کیا تو پانچ سو روپے ایسے ملے جن کا ذکر رجسٹر میں نہیں تھا۔ شیطان مجھے بہکانے لگا کہ ان کو اڑا لو۔ مگر عین وقت پر مجھے اپنی ماں کی نصیحت یاد آ گئی کہ چاہے تم سات پردوں میں چھپ کر بھی کوئی کام کرو۔ پھر بھی اللہ تمہیں دیکھ رہا ہے۔ اس نصیحت کا یاد آنا تھا کہ میں اپنے آپ کو لعنت ملامت کرنے لگا۔'' کارخانے کے مالک نے اسے شاباش دی اور کہنے لگا تم واقعی ایمان دار ہو۔ میں نے تمہارے امتحان کی خاطر پانچ سو روپے زیادہ الماری میں رکھ دیئے تھے۔ آج سے تم میرے خزانچی ہو۔'' اس نے انور کی معقول تنخواہ مقرر کر دی اور اسے ایک مکان رہنے کیلئے دے دیا۔ تھوڑے دنوں بعد انور نے اپنی ماں کو بھی اپنے پاس بلا لیا اور دونوں ماں بیٹا آرام سے زندگی بسر کرنے لگے۔

جب بادشاہ کی نیت خراب ہو جاتی ہے!

نوشیروان عادل ایک روز شکار کھیلتے ہوئے جنگل میں ساتھیوں سے علیحدہ ہو گئے۔ بہت پیاسے تھے، ایک جھونپڑا دکھائی دیا۔ وہاں پہنچ کر پانی مانگا۔ ایک لڑکی انار کا رس لے کر آئی، اس میں کچھ کچرا پڑا تھا۔ نوشیروان نے پیا پھر اور طلب کیا اور کہا: ''کچرا نہ ہو۔'' لڑکی نے کہا: ''وہ کچرا میں نے خود ڈالا تھا، آپ سخت پیاسے دکھائی دے رہے تھے، اگر ایک دم سے پی جاتے تو نقصان ہوتا۔''

بادشاہ نے دوبارہ رس مانگا۔ وہ لڑکی رس لینے چلی گئی۔ اس کے جانے کے بعد نوشیروان سوچ رہا تھا کہ انار کثرت سے یہاں پیدا ہوتا ہے، اتنا اس میں سے رس نکلتا ہے، اس پر محصول بہت کم ہے، اس میں اضافہ ہونا چاہیے۔ لڑکی رس لے کر آئی تو رس بہت تھوڑا تھا۔ نوشیروان نے دیر سے آنے کا سبب پوچھا اور کہا: ''اتنی دیر اور اتنا کم رس کیوں لائی ہو؟'' لڑکی بولی: ''پہلے میں ایک انار کا رس لائی تھی اور اب یہ کئی اناروں کا ہے اور بڑی مشکل سے نکلا ہے۔ معلوم ہوتا ہے کہ بادشاہ کی نیت میں فرق آ گیا ہے۔''

نوشیروان کو اپنی غلطی کا احساس ہوا۔ اس نے تیسری بار فرمائش کی اور اپنی نیت درست کر لی اور ارادہ کر لیا کہ محصول میں کوئی اضافہ نہ ہو گا۔ لڑکی تیسری بار پیالہ بھر کر لائی اور جلد لوٹ آئی اور بولی: ''معلوم ہوتا ہے کہ بادشاہ کی نیت ٹھیک ہو گئی ہے، اس مرتبہ خوب رس نکلا ہے۔''

لہٰذا اس کہانی سے ہمیں سبق سیکھنا چاہیے اور اپنی نیت ٹھیک رکھنی چاہیے۔

موت سے محبت کرو گے تو زندگی عطا ہو جائے گی۔ غیبت سننے والا، کہنے والے کا ساتھی ہے (یعنی شامل غیبت ہے۔)

خون کی کمی | آنکھوں کا مسئلہ | پارکنسن کا علاج | لیکوریا ہے

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

خون کی کمی

میری عمر 35 سال ہے اور میری شادی کو 18 سال ہو گئے ہیں۔ بچے نہیں ہیں۔ پیٹ کے بائیں جانب ایام میں درد ہوتا تھا۔ پہلے دو تین دن ہوتا تھا مگر اب بیمار ہو گئی ہوں۔ ہر سال ایکسرے کرواتی تھی۔ ڈاکٹر کہتے تھے ایکسرے صاف ہیں، کوئی بیماری نہیں۔ دوائی دیتے تھے اور بہت سے حکیموں سے علاج کروا چکی ہوں مگر کوئی فائدہ نہیں ہوتا۔ ڈاکٹر کہتے ہیں کہ معدے کے بائیں طرف تھوڑا زخم ہے، معدے میں سوجن بھی ہے جبکہ جسم میں خون کی کمی ہے، دیکھنے میں تو صحت مند ہوں لیکن اندر سے بہت کمزور ہوں۔ بھوک بھی لگتی ہے، کھانا بھی کھاتی ہوں لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوتا۔ میں بڑی پریشان زندگی گزار رہی ہوں ہر وقت تکلیف سے تڑپتی رہتی ہوں۔ (زلیخا سمو، میرپور)

جواب: جوارش کمونی آدھی آدھی چمچ غذا کے بعد کھائیں اور آرام کریں۔ تین ہفتے کے بعد دوبارہ لکھیں انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ چارٹ سے غذا نمبر 7 اور 8 استعمال کریں۔ نتائج اپنی آنکھوں سے دیکھیں۔

آنکھوں کا مسئلہ

میری چھوٹی بہن جس کی عمر پانچ سال ہے، اس کی آنکھوں پر خشکی جم جاتی ہے اور بہت درد ہوتا ہے۔ صبح اٹھ کر آنکھیں بھی نہیں کھول سکتی بہت زیادہ میل جم جاتی ہے۔ ڈاکٹر نے دوائی اور قطرے لکھ کر دیئے تھے۔ اس کو لگانے سے میل تو صاف ہو جاتا ہے مگر دوسرے دن پھر آ جاتا ہے۔ اس کی گردن کا پٹھا بھی دو دفعہ کھنچ گیا تھا۔ وہ بہت ہی کمزور ہے اس کی آنکھوں کا کوئی علاج بتائیں۔ (کومل الیاس، لاہور)

جواب: اطریفل کشنیزی چھ گرام صبح کھائیں۔ سوتے وقت بالکل سادہ سرمہ لگائیں۔ خالص عرق گلاب سے آنکھوں کو دھولیا کریں۔ دن میں تین بار پانچ پانچ قطرے عرق گلاب خالص آنکھوں میں ڈالیں۔ غذا نمبر 5، 6 اور 7 استعمال کریں۔ مکمل پرہیز کے ساتھ۔

ہیپاٹائٹس "سی"

میں ایک غریب آدمی ہوں۔ تقریباً ایک سال پہلے ڈاکٹروں نے میرے جگر میں ہیپاٹائٹس سی تشخیص کیا ہے۔ اس کی ساری علامات میرے اندر ہیں۔ ڈاکٹروں نے کہا ہے کہ اس کا کوئی علاج نہیں۔ میں زندگی سے ناامید ہو چکا ہوں۔ آخری سہارا سمجھ کر آپ کو خط لکھ رہا ہوں۔ براہ کرم اگر اس کا علاج ہے تو مجھے فوراً اس کا جواب دیں۔ میں اسکردو میں رہتا ہوں۔ (امیر علی، سکردو)

جواب: ایسے امراض میں تو روبرو مشورہ ہی مفید ہوتا ہے۔ کسی دن میرے مقررہ اوقات میں کلینک پر تشریف لے آئیں۔ میں نبض دیکھ کر دوا تجویز کر دوں گا۔ ناامیدی کی کوئی بات نہیں ہے اللہ تعالیٰ اپنے فضل سے شفا دیتے ہیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 6، 7 اور 8 استعمال کریں۔

اہم مسئلہ

میں نے اس سے قبل بھی آپ کو دو خطوط لکھے آپ نے جواب دیا اور ساتھ میں مشورہ بھی۔ اگر آپ کو یاد نہ ہو تو میں بتائے دیتی ہوں کہ میرا مسئلہ آنکھوں سے متعلق تھا یعنی میری آنکھوں میں میلا پن آ جاتا ہے۔ آنکھیں بار بار صاف کرنی پڑتی ہیں۔ کسی سے نظر ملا کر بات نہیں کر سکتی۔ گھر والوں کو بتاتے ہوئے شرمندگی ہوتی ہے۔ کہیں آتے جاتے ہوئے خوفزدہ ہو جاتی ہوں۔ اب وہ مرحلہ آ گیا جو کہ ہر لڑکی کی زندگی میں آتا ہے یعنی میری شادی کے متعلق گھر میں باتیں ہوتی ہیں تو میں بہت خوفزدہ ہو جاتی ہوں۔ بعض اوقات جی چاہتا ہے کہ خودکشی کر لوں۔ آپ نے مجھے عرق گلاب سے آنکھیں دھونے اور قطرے ڈالنے کا مشورہ دیا تھا۔ میں اس پر پورا پورا عمل کر رہی ہوں۔ کیا اس کے علاوہ کچھ اور بھی علاج ہے؟ (سدرہ، فیصل آباد)

جواب: حسب معمول آنکھوں کو خالص عرق گلاب سے صاف کریں۔ گلاب خالص کے قطرے آنکھوں میں ٹپکائیں۔ اطریفل منڈی چھ گرام صبح اطریفل کشنیزی چھ گرام شام کو کھائیں۔ آنکھوں میں ہاتھ کپڑا یا ٹشو نہ لگائیں۔ روشنی سے بچائیں۔ مطالعہ وغیرہ فی الحال بند کر دی۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ تین ہفتے کے بعد دوبارہ لکھیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 6 اور 8 استعمال کریں۔

چہرہ بدنما لگتا ہے

میری عمر بائیس سال ہے۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے چہرے پر شروع سے دانے نکلتے ہیں۔ میں دانوں کو ہاتھ بھی نہیں لگاتی ہوں پھر بھی وہ نشان چھوڑ جاتے ہیں جس سے چہرہ بدنما لگتا ہے۔ چہرے پر کافی نشان اور گڑھے پڑ گئے ہیں۔ میں بہت پریشان ہوں۔ جو دیکھتا ہے سب یہ ہی کہتے ہیں کہ تمہارے چہرے کو کیا ہو گیا ہے؟ میں احساس کمتری کا شکار ہوں، کوئی مفید علاج بتا دیجئے کہ جس سے میرا چہرہ صاف و شفاف ہو جائے اور چہرے کے گڑھے بھی بھر جائیں۔ میری امی کی عمر پینتالیس سال ہے۔ (ص، میرپور خاص)

جواب: عرق عشبہ مرکب ایک اونس صبح، ایک اونس شام کو پئیں، ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔ چارٹ سے غذا نمبر 7 اور 8 مکمل پرہیز کے ساتھ استعمال کریں۔

پیپ والے گرمی کے دانے

میری عمر سترہ برس ہے میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے چہرے اور سر اور کمر پر بہت دانے نکلتے ہیں جس کی وجہ سے میں بہت تنگ ہوں۔ میری جلد چکنی ہے اور یہ دانے مجھے پچھلے دو سال سے نکل رہے ہیں۔ ان دانوں میں پیپ اور خون ہوتا ہے ان دانوں میں سے کچھ موٹے بھی ہوتے ہیں اور ان کو دبانے سے درد بھی ہوتا ہے۔ اگر میں کوئی گرم چیز کھاؤں تو یہ

دانے اور بھی بڑھ جاتے ہیں۔ برائے مہربانی مجھے کوئی مفید نسخہ بتا دیجئے۔اگر پرہیز کی ضرورت ہو تو وہ بھی بتا دیجئے۔(حماد محمود، پشاور)

جواب: عرق منڈی سہہ آتشہ ایک اونس دن میں تین بار پئیں۔انڈہ، مرغی، مچھلی اور زیادہ مرچ، گرم مصالحوں سے پرہیز رکھیں۔ برف یا برف کی چیزوں کا استعمال بھی مت کریں۔ کھٹائی سے بھی پرہیز رکھیں۔ تین ہفتے کے بعد دوبارہ حال لکھیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 5 اور 7 استعمال کریں۔ان شاءاللہ فائدہ ہوگا۔

لیکوریا

ایام جس دن بند ہوتے ہیں اسی دن سے لے کر قریباً دس دن تک لیکوریا رہتا ہے جس سے میں بہت پریشان ہوں اور ماہانہ ایام چار دن رہتے ہیں۔ پہلے میرا چہرہ بہت صاف ستھرا تھا لیکن چھ سات ماہ سے میرے کانوں اور ناک پر ہلکی چھائیاں رونما ہو رہی ہیں۔آنکھوں کے گرد حلقے پڑ گئے ہیں اور کبھی کبھار کمر میں بھی ہلکا سا درد ہوتا ہے۔ میں نے اس دفعہ آم بہت استعمال کیے ہیں اور پانی بھی کافی مقدار میں پیا ہے لیکن میرا مسئلہ حل نہیں ہوا۔(ثنا خان، راولپنڈی)

جواب: سات عدد موٹے فربہ چھوہارے روزانہ کھائیں غذا میں گوشت روٹی کھائیں، چاول اور دودھ سے پرہیز کریں۔ چارٹ سے غذا نمبر 5، 6اور 7استعمال کریں۔

پارکنسن کا علاج

گزشتہ سال ہماری امی جان کی کولہے کی ہڈی کا آپریشن ہوا جو کہ کامیاب بھی رہا۔ اتنے عرصے کے بعد بھی وہ واکر کے سہارے چلتی ہیں اور ان کا پاؤں بھی ٹھیک طرح سے زمین پر نہیں پڑتا۔صرف پاؤں کی انگلیوں پر زور ہوتا ہے، اسی دوران ان کو پارکنس کی بیماری لگ گئی اور اس وجہ سے ان کی سیدھی ٹانگ اور بازو پوری طرح سے کام نہیں کرتے اور جب وہ بولتی ہیں تو سمجھ میں نہیں آتا کہ کیا بول رہی ہیں۔دو تین دفعہ دہرانے کے بعد میں بات سمجھ میں آتی ہے۔اب پیشاب پر بھی کنٹرول نہیں رہا۔قبض ہو جاتی ہے اسی وجہ سے سبھی گھر والے بہت پریشان رہتے ہیں۔(سرفراز احمد میمن، لاڑکانہ)

جواب: یہ مرض عسیر العلاج ہے۔ مقامی طبیب سے روبرو مشورہ کریں، یہ زیادہ مناسب ہے۔ادرک کا مربہ صاف پانی سے دھو کر کھائیں۔غذا کے بعد بشرطیکہ آنکھوں اور معدے میں سوزش السرو غیرہ نہ ہو۔ بادام عمدہ، کشمش، شہد زیادہ مفید ہیں۔ چرند پرند کا گوشت کھائیں۔ قبض ہو تو پپیتہ کھائیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 2، 3اور 4استعمال کریں۔

صحت کے لیے پیٹ کو خالی کرنا

کھانا تھوڑا کھانا، اچھی طرح چبا کر کھانا اور خوب پیٹ بھر کر نہ کھانا۔ اس طریقے سے حضور ﷺ کی سنت پر بھی عمل ہو جاتا ہے اور آدمی بہت سی پیٹ کی بیماریوں سے بھی محفوظ رہ سکتا ہے۔ یہ بات لوگوں کو ضرور بتائیں۔ (ورنہ خدانخواستہ کہیں میرے جیسا حال نہ ہو۔(شوگر اور ہیپاٹائٹس کی صورت میں) (ملک اللہ دتہ)

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ، آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین، جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس

غذا نمبر 2

انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑھی، بیسن کی روٹی، دارچینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقیٰ)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ

غذا نمبر 3

بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا، لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیزپات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔

غذا نمبر 4

دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ

غذا نمبر 5

کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا، مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ، کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ

غذا نمبر 6

کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، اپلیچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹر، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔

غذا نمبر 7

اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بگوگوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکرقندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب

غذا نمبر 8

آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، انناس، رس بھری

چنبل: رائی ایک چھٹانک دہی کے پانی میں جو رومال باندھ کر نکالا گیا ہو اس میں کھرل کر لیں مرہم بن جائے گی دن میں دو مرتبہ لگائیں۔

دوبارہ زندگی، قدرت کا معجزہ

خون کی چاروں بوتلیں نکال دیں اور حاجی صاحب کا پہلو ایک طرف کر کے صاف کیا، پھر دوسرے پہلو پر لٹا کر دوسرا پہلو صاف کیا۔ بستر کی چادر کو بدلا اور جب اچھی طرح صاف کرنے کے بعد حاجی صاحب کو سیدھا لٹایا تو حاجی صاحب نے بولنا شروع کر دیا

آپ بھی اپنے مشاہدات لکھیں۔ چاہے بے ربط لکھیں، تحریر ہم خود سنوار لیں گے۔ یہ آپ کیلئے صدقہ جاریہ ہے۔ (ادارہ)

میں 1987ء سے مریضوں کے علاج سے منسلک ہوں۔ قریباً 36 سال تک شعبہ طب کا استاد رہا ہوں۔ مریضوں کو اپنے وارڈ میں مرتے دیکھتا رہا مگر ان میں سے کوئی مر کر دوبارہ زندہ نہ ہوا۔ میڈیکل کے طلباء کو موت کی نشانیاں پڑھائیں، ان میں سے آنکھ کی پتلی کا پھیل جانا موت کی نشانیوں میں سے ایک ہے۔ جس کو ہم Brain Death کی علامات میں شمار کرتے ہیں۔ 1980ء میں ڈیرہ غازی خان میں تبلیغی اجتماع تھا۔ ٹیلی فون پر اطلاع ملی کہ حاجی صاحب سخت بیمار ہیں، آ کر دیکھیں۔ چنانچہ میں اور پروفیسر قاضی عبدالواحد مرحوم دونوں ڈیرہ گئے تو حاجی صاحب بہت کمزوری کی حالت میں بستر پر سو رہے تھے اور پاخانہ کے راستہ سے خون جاری تھا۔ ہم دونوں نے حاجی صاحب سے ملتان چلنے کی درخواست کی جو انہوں نے مان لی۔ نشتر ہسپتال میں انتہائی نگہداشت کے شعبہ میں داخل کرا کر سرجن صاحب سے مشورہ کیا تو پتہ چلا کہ حاجی صاحب کے معدہ کے زخم سے خون آ رہا ہے، آپریشن ضروری ہے۔ جب دل کی کیفیت مانیٹر کی گئی تو دل کی رفتار، بلڈ پریشر اور نبض تسلی بخش نہیں تھی۔ سرجن نے لکھ دیا کہ خون کی کمی کی وجہ سے آپریشن نہیں ہو سکتا۔ چنانچہ خون کیلئے بندوبست کیا گیا۔ (حاجی صاحب سے محبت کرنے والوں نے تو خون دینے کیلئے لائنیں لگا دیں کئی حضرات نے دو دو بوتلیں دیں۔ چنانچہ چند منٹوں میں خون کی 150 بوتلوں کا بندوبست ہو گیا۔ دونوں بازوؤں اور پاؤں سے چار خون کی بوتلیں بیک وقت چل رہی تھیں) اس کے سوا حاجی صاحب کا علاج ممکن نہ تھا۔ نشتر کی جامع مسجد میں پاکستان بھر سے لوگ آئے ہوئے تھے اور ان کی صحت یابی کیلئے دعا کی جا رہی تھی۔ دوستوں کو مکہ مکرمہ اور مدینہ منورہ اطلاع کر دی۔ انہوں نے حرمین شریفین میں دعا کا بندوبست کر دیا۔ میں اکثر حاجی صاحب کی خدمت میں حاضری دیتا رہا۔ ان کا بستر ہر وقت خون سے بھرا رہتا تھا۔ مجھے یاد ہے کہ مفتی زین العابدینؒ عیادت کیلئے تشریف لائے تو حاجی صاحب نے اپنی کیفیت بتائی اور پوچھا کہ اس حالت میں نماز کیسے ادا کروں......؟

تو مفتی صاحبؒ نے فرمایا اسی حالت میں تیمم کر کے نماز پڑھیں، قضا نہ کریں۔ حاجی صاحب کی یہ حالت کئی دن تک رہی۔ آخر ایک دن عصر کے وقت کمرہ میں کافی سینئر ڈاکٹر کھڑے تھے، میں بھی وہاں تھا۔ حاجی صاحب نے ڈاکٹر محمد طیب صاحب لاہور والے سے کہا کہ میرے جانے کا وقت ہے مجھے چھ کلمے پڑھائیں۔ حاجی صاحب نے چھ کلمے پڑھے اور اس کے بعد چپ کر گئے۔ لوگوں نے رونا شروع کر دیا۔ دل کے مانیٹر موت کے آثار بتا رہے تھے۔ میں نے لوگوں سے کہا کہ باہر جا کر روئیں۔ چنانچہ سب باہر چلے گئے۔ میں نے تفصیل سے حاجی صاحب کا معائنہ کیا، دل اور پھیپھڑوں نے کام بند کر دیا تھا۔ آنکھوں کی پتلی پھیل چکی تھی اور بیٹری کی روشنی سے کوئی حرکت نہیں تھی۔ نرس روئی لے آئی، ہم نے حاجی صاحب کا خون صاف کیا۔ بستر کو، جسم کو صاف کیا اور خون کی چاروں بوتلیں نکال دیں۔ حاجی صاحب کا پہلو ایک طرف کر کے صاف کیا، پھر دوسرے پہلو پر لٹا کر دوسرا پہلو صاف کیا۔ بستر کی چادر کو بدلا اور جب اچھی طرح صاف کرنے کے بعد حاجی صاحب کو سیدھا لٹایا تو حاجی صاحب نے بولنا شروع کر دیا اور پہلا کلام جو تھا وہ یہ کہ......**''سب اللہ سے ہونے کا یقین پیدا کرلو۔''** یہ بات حاجی صاحب نے تین مرتبہ دوہرائی۔ افسوس کہ اس وقت کوئی مرد نہیں تھا جس کو میں اس بات کا گواہ پیش کرتا۔ جب یہ بات حاجی صاحب نے تین دفعہ کی تو میں نے کہا حاجی صاحب! اسلام علیکم! آپ کیسے ہیں......؟ حاجی صاحب نے وعلیکم السلام کہا اور فرمایا میں ٹھیک ہوں۔ اس کے بعد میں نے نبض دیکھی، بلڈ پریشر چیک کیا اور دل کا مانیٹر لگایا تو اب سب ٹھیک تھا۔ مجھے اس بات کا یقین نہیں آ رہا تھا کہ کیا ہوا تھا اور اب کیا ہو رہا ہے۔

میں نے باہر جا کر رونے والوں کو بتایا کہ حاجی صاحب زندہ ہیں مگر کسی نے نہ مانا۔ میں ان میں سے ایک کو اندر پکڑ کر لایا، اس نے حاجی صاحب کو زندہ دیکھ کر اللہ کا شکر ادا کیا اور باہر جا کر سب کو بتایا تو لوگوں نے رونا بند کر دیا۔ خون کی بوتلیں پھر جاری کر دی گئیں۔ سرجن صاحب کو بلا (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

صدقہ کا صلہ

کسی کو راستہ بتا دیا یہ بھی صدقہ ہے، راستہ سے تکلیف دینے والی کوئی چیز ہٹا دی یہ بھی صدقہ ہے (عارف محمود، حاصل پور)

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ صدقہ کرنے میں پانچ خوبیاں ہیں۔ پہلی صدقہ دینے والے کے مال میں زیادتی ہوتی ہے، دوسری صدقہ ہر مرض کی دوا ہے، تیسری صدقہ دینے والوں سے اللہ پاک آفتوں کو دور کرتا ہے، چوتھی صدقہ دینے والا پل صراط سے ایسے گزر جائے گا جیسے بجلی کی چمک، پانچویں صدقہ کرنے والا بغیر حساب وعذاب کے بہشت میں داخل ہو گا۔

حضور اکرم ﷺ سے مروی ہے کہ صدقہ بُرائی کے ستر دروازے بند کرتا ہے اور صدقے کی چار قسمیں ہیں۔ صدقہ کی اوّل قسم یہ ہے کہ فقراء کو دیا جائے جو کہ ایک کے بدلے میں دس ہیں۔ دوسرا وہ صدقہ ہے کہ جو کسی ذی رحم کو دیا جائے اس کا ثواب ایک کے عوض میں ستر ہیں۔ تیسرا وہ ہے کہ جو بھائیوں کو دیا جائے۔ اس کا ثواب ایک کے مقابلے میں سات سو ہے اور صدقے کی چوتھی قسم وہ ہے جو طالبعلم کو دیا جائے اس کا ثواب ایک کے بدلے میں سات ہزار ہیں۔

نبی کریم ﷺ نے کہ ہر بھلائی صدقہ ہے۔ (یعنی صدقہ کیلئے مال ہی دینا ضروری نہیں اور صدقہ اسی میں منحصر نہیں بلکہ ہر بھلائی ہر نیکی جو کسی کے ساتھ کی جائے بشرطیکہ اللہ کے واسطے ہو وہ ثواب کے اعتبار سے صدقہ ہے) مثال کے طور پر دو آدمیوں کے درمیان انصاف کر دو یہ بھی صدقہ ہے۔ کسی کا سامان اُٹھا کر دیدو، یہ بھی صدقہ ہے۔ ہر وہ قدم جو نماز کیلئے چلے صدقہ ہے۔ کسی کو راستہ بتا دو یہ بھی صدقہ ہے۔ راستہ سے تکلیف دینے والی کوئی چیز ہٹا دو یہ بھی صدقہ ہے۔ کلمہ طیبہ (یعنی لَا اِلٰـہَ اِلَّا اللّٰہُ پڑھنا) بھی صدقہ ہے۔ سبحان اللہ کہنا صدقہ ہے۔ الحمدللہ کہنا صدقہ ہے، اللہ اکبر کہنا صدقہ ہے، ہر نماز صدقہ ہے، روزہ صدقہ ہے، حج صدقہ ہے، پس ہر وہ نیک عمل اور بھلائی جو خالصتاً اللہ ربُّ العزّت کی رضا کیلئے کی جائے صدقہ ہے۔

کراچی اور راولپنڈی میں ادویات

حکیم صاحب کی تمام ادویات کراچی اور راولپنڈی سے بھی حاصل کر سکتے ہیں۔ رابطہ کے لیے موبائل نمبرز:

(۱) کراچی کے لیے رابطہ: 0300-3218560

(۲) راولپنڈی کے لیے رابطہ: 0333-5648351

051-5539815

صحت مند پیر، خوشگوار سیر

جس طرح سے جنگلی گھوڑے کو کچھ عرصے تک سدھانا پڑتا ہے اسی طرح سے نئے جوتے کو بھی چند روز تک استعمال کر لینے سے پیر اپنا گھر بنا لیتا ہے اور جوتا نرم پڑ جاتا ہے۔ جوتوں کے تلے کافی موٹے ہوں تاکہ پیروں کو سخت زمین پر چلتے وقت گدّے کی طرح سے آرام ملے۔

ڈاکٹر علی اسد

اگر آپ چھٹیوں میں سیر کرنے نکلے ہیں تو آپ کے پیروں کا صحت مند ہونا نہایت ضروری ہے۔ اگر پیروں پر ورم ہے یا پیروں اور ٹانگوں میں درد ہے اور بہت زیادہ چلنے کی وجہ سے تھکن محسوس ہو رہی ہے تو پھر آپ کو سیر سپاٹے سے کوئی لطف حاصل نہ ہو سکے گا۔

یوں روزمرہ کی زندگی میں آپ خواہ کتنی ہی دیر تک کیوں نہ چلتے ہوں، پھر بھی جب آپ دوران تعطیل سیر سپاٹا کرنے کیلئے چلیں گے تو آپ کو مختلف مسائل کا سامنا کرنا پڑے گا۔ جب کوئی تفریحاً نکلتا ہے تو اسے مختلف اقسام کی سڑکوں پر سے گزرنا پڑتا ہے۔ ان میں سے بعض ہموار ہوتی ہیں اور بعض ناہموار اور کھردری۔ لہٰذا بہترین ترکیب یہ ہے کہ سیر سپاٹے سے پہلے پیروں کو چلنے کا عادی بنا لیجئے۔ ان جوتوں کو پہن لیجئے جنہیں آپ سیر کرتے وقت استعمال کرتے ہیں اور روزانہ تھوڑی دیر تک چلنے کی مشق کیجئے۔ اگر آپ کو زیادہ چلنے سے کوئی تکلیف ہو جایا کرتی ہے تو پھر چھٹیوں سے پہلے اپنے پیروں کا طبی معائنہ کروا لیجئے۔ عام طور سے جیسے طبی معائنہ کروایا جاتا ہے اسی طرح سے پیروں کی صحت کی بھی جانچ پڑتال کروا لینا ضروری ہے۔

آپ فیشن کے لحاظ سے خواہ کسی طرح کے جوتے استعمال کرتے ہوں اس سے قطع نظر جب آپ چھٹیوں میں سیر و تفریح کی غرض سے روانہ ہوں تو اپنے ہمراہ دو جوڑے آرام دہ جوتے لیتے جائیں جن کی ایڑی زیادہ اونچی نہ ہو۔ جانے سے پہلے ان جوتوں کو چند روز تک استعمال کر ڈالیے تاکہ بالکل نئے جوتوں کو تعطیل کے دوران پہلی بار رواں نہ کرنا پڑے۔ جس طرح سے جنگلی گھوڑے کو کچھ عرصے تک سدھانا پڑتا ہے اسی طرح سے نئے جوتے کو بھی چند روز تک استعمال کر لینے سے پیر اپنا گھر بنا لیتا ہے اور جوتا نرم پڑ جاتا ہے۔ جوتوں کے تلے کافی موٹے ہوں تاکہ پیروں کو سخت زمین پر چلتے وقت گدّے کی طرح سے آرام ملے۔ عام طور پر چوڑے پنجے کا جوتا جس کی ایڑی زیادہ اونچی نہ ہو آرام دہ ہوتا ہے۔ کریپ سول (Crepe sole) سے اگر پیروں میں جلن محسوس نہ ہوتی ہو تو وہ بھی اچھا رہتا ہے۔ بغیر ایڑی والے جوتوں کو اگر استعمال کرنے کے آپ عادی ہیں تو وہ بھی ٹھیک ہیں۔ عام چپل یا سینڈل اور پشاوری چپل کبھی کبھار استعمال کیلئے تو ٹھیک ہیں مگر لمبے سیر سپاٹے کیلئے آرام دہ نہیں ہیں۔ جوتے کا تلا سخت نہ ہونا چاہیے کیونکہ اس سے ٹانگوں کے مزید عضلات کو استعمال کرنا پڑتا ہے اور آدمی جلدی تھکن محسوس کرنے لگتا ہے۔ جوتوں کے انتخاب میں آپ خود ہی بہتر فیصلہ کر سکتے ہیں کہ کون سے جوتے آپ کیلئے آرام دہ رہیں گے۔

ٹانگوں اور پیروں کے آرام کے سلسلے میں موزہ بھی اہمیت رکھتا ہے۔ موزہ کا صحیح سائز یہ ہے کہ پیر کے انگوٹھے سے آدھا انچ بڑا ہو تاکہ پیروں کی انگلیاں جکڑنے نہ پائیں۔ آدمی جب سیدھا کھڑا ہوتا ہے تو کشش ثقل کی وجہ سے جسم کے نچلے حصے میں دوران خون صحیح طور پر نہیں ہو پاتا۔ چونکہ پیر اور ٹخنے بالکل نیچے ہوتے ہیں لہٰذا ان پر سب سے پہلے اثرات نمودار ہوتے ہیں۔ سب سے پہلا اثر تو یہ ہوتا ہے کہ پیروں اور ٹخنوں پر ورم آ جاتا ہے۔ اگر جسم کے نچلے حصے کے عضلات میں مناسب طور پر انقباض ہوتا رہے تو اس سے دوران خون بہتر طور پر برقرار رکھا جا سکتا ہے۔ دیر تک کھڑے رہنے یا بیٹھے رہنے سے جو ورم آ جاتا ہے وہ چلتے رہنے سے نہیں ہوتا۔ دوران خون کو تیز کرنے کیلئے ذرا یہ ورزش کیجئے۔ پیروں کو زمین پر چپٹا رکھ کر بیٹھ جائیے۔ اب پہلے تو پنجوں کے بل اٹھیے اور پنڈلی کے عضلات کو سخت کیجئے۔ پھر ایڑی پر اس طرح سے جسم کا بوجھ ڈال دیجیے کہ پنجے فرش سے اٹھے رہیں۔ پنڈلیوں کے عضلات پھر کس جائیں گے۔ یہ عمل تقریباً تیس مرتبہ کیجئے اور دن میں بار بار دہرائیے۔ دوران خون کو درست کرنے کی دوسری ترکیب یہ ہے کہ پیروں کی انگلیوں کو موڑیئے اور پھر سیدھا کر لیجیے۔ اس کیلئے جوتے اتارنے کی ضرورت نہیں۔ بس سختی سے انگلیوں کو سکیڑیئے اور پھر پھیلا دیجیے۔ اس سے بال جیسی باریک رگیں کھنچتی ہیں۔ اس حرکت کے ساتھ اگر ہر پیر کو ٹخنوں پر سے گھمایا جائے تو دوران خون بہتر ہو جاتا ہے۔ دن بھر گھومنے کے بعد جب آپ اپنے کمرے میں واپس آئیں تو ان تمام کپڑوں سے نجات حاصل کر لیں جو آپ کے جسم سے چپکے ہوئے ہیں۔ موزے اور جوتے بھی اتار ڈالیے آرام کرسی پر دراز ہو جائیے اور پیروں کو اس طرح سے کسی اونچی میز پر رکھ لیجیے کہ پیروں کی سطح آپ کے سر کی سطح سے ایک فٹ زیادہ بلند ہو۔ اس طرح سے پیروں میں خون کا بہاؤ بہتر ہو جائے گا اور پیروں کو سکون ملے گا۔ اسی حالت میں پیروں کو آگے پیچھے ہلائیے اور ٹخنوں پر سے گھمائیے۔ تھوڑی تھوڑی دیر کے بعد پیروں کی انگلیوں کو سکیڑیئے اور پھیلائیے۔

اس طرح سے پندرہ بیس منٹ آرام کرنے کے بعد پیروں کو گرم پانی سے دھوئیے اور ایک موٹے سے تولیے سے خشک کر لیجیے۔ خشک کرتے وقت پیروں کی مالش بھی کرتے جائیے۔ دوسرے موزے پہننے سے قبل پیروں پر کوئی ہلکا پاؤڈر لگا لیجئے۔ لوگ اکثر جب سیر سپاٹے میں مشغول ہو جاتے ہیں تو پھر وہ اپنے پیروں کی پروا بالکل نہیں کرتے۔ لہٰذا جب آپ اس قسم کی تفریح میں منہمک ہوں تو اپنے پیروں کی تھوڑی بہت ناز برداری بھی کر لیا کیجئے۔ اگر دن بھر چلتے پھرتے رہے ہیں تو شام کو سیر سے قبل تھوڑی دیر پیروں کو آرام کر لینے دیجئے۔ پیروں کو سکون پہنچانے کی ایک ترکیب اور بھی ہے۔ وہ یہ ہے کہ ایک بڑا سا تسلا یا چلمچی لے لیجیے جس میں آپ دونوں پیروں کو رکھ کر بیٹھ سکیں۔ تسلے میں گرم پانی بھر دیجیے اور اسے غسل خانے میں اس طرح رکھیے کہ پانی کے نل سے تین فٹ کے فاصلے پر ہو۔ ایک کرسی پر بیٹھ جائیے اور پیروں کو گرم پانی والے تسلے میں ڈال دیجیے۔ اب وقت کا خیال رکھیے۔ ایک منٹ گرم پانی میں پیر رکھیے اور پھر تقریباً تیس سیکنڈ نل کے ٹھنڈے پانی کے نیچے رکھیے۔ (نل کو ہر بار ضرورت کے مطابق کھول لیا کیجئے) یہ عمل سات یا آٹھ بار کیجئے۔ آخر میں پیروں پر ٹھنڈا پانی پڑے۔ اس پورے عمل میں تقریباً بارہ منٹ لگنے چاہئیں۔ ہاں، ایک بات کا خیال رکھیے۔ اگر ذیابیطس یا کوئی اسی طرح کی شکایت ہے تو پھر پہلے اپنے معالج سے مشورہ کر لیجیے۔ ممکن ہے وہ کوئی اور ترکیب بتائیں۔

پیروں کی عام نگہداشت کیلئے یہ ضروری ہے کہ سیر سپاٹے کے بعد پیروں کو دھو لیا جائے۔ دھوتے وقت برش بھی استعمال کر لیجیے۔ اس کے بعد دونوں پیروں پر پاؤڈر چھڑک لیجیے اور خشک کرتے وقت پیروں کی مالش کر لیجیے۔ اس کے بعد دونوں پیروں پر پاؤڈر چھڑک لیجیے۔ چھٹیوں کے دوران جب

(بقیہ صفحہ نمبر 27 پر)

دردسر آدھا یا پورا: اسطخدوس اور کالی مرچ ہم وزن اور دھنیا ایک تولہ ان تمام کا سفوف بنا لیں۔ دو ماشہ صبح و شام پانی سے لیں۔

آپ کا خواب اور تعبیر

رشتہ اچھا نہیں

خواب: میں نے دیکھا کہ میری بہنیں جو دوسرے شہر میں رہتی ہیں اپنے بچوں کے ساتھ آئی ہوئی ہیں اور بھابھی جان جو اپنے میکے پشاور گئی ہوئی تھیں وہ بھی اپنے بیٹے کے ساتھ آئی ہوئی ہیں اور میں ان کے بیٹے کے ساتھ خوب ہنس بول رہی ہوں۔ پھر دیکھا کہ ماموں اور خالہ جان بھی والد صاحب کے کمرے میں ایک صوفے پر بیٹھے ہیں (یہ دونوں بھی دوسرے شہر میں رہتے ہیں)۔ کمرے میں اور بھی لوگ بھرے ہوئے ہیں اور وہ چپس کھا رہے ہیں۔ میں یہ سب کھڑکی سے دیکھ رہی ہوں۔ پھر خالہ کی سہیلی کو دیکھا جو اپنے بیٹے یاد دیور کا رشتہ میرے لیے لائی ہیں۔ وہ لڑکا بھی نظر آتا ہے، جو براؤن سوٹ پہنے ہوئے ہے۔ والد صاحب نے اسے دیکھنے کے بعد مسترد کر دیا اور میں کھڑکی کے قریب کھڑی کسی سے کہہ رہی ہوں۔ دیکھا ہمارے ابا کے نخرے۔ انہوں نے اتنا اچھا رشتہ مسترد کر دیا۔ (ماریہ خان۔ راولپنڈی)

تعبیر: یہ رشتہ آپ کے حق میں بہتر نہیں ہے اور نہ یہ رشتہ راحت کا ذریعہ بنے گا۔ اس کا مسترد ہو جانا ہی بہتر ہے۔ آپ کو اللہ کے کرم سے اچھا رشتہ نصیب ہوگا۔ آپ نماز فجر کے بعد سورۃ الرحمٰن کی روزانہ تلاوت کیا کریں۔ واللہ اعلم۔

روشن مستقبل

خواب: میں نے دیکھا کہ میرے خاوند کے ساتھ حادثہ پیش آیا ہے اور میں اپنے بچوں کے ساتھ اکیلی رہ جاتی ہوں۔ تھوڑی دیر بعد میرا کزن اپنی والدہ کو میرے ماں باپ کے پاس رشتے کیلئے بھیجتا ہے۔ میں شادی کرنے سے انکار کرتی ہوں، وہ مجھے مجبور کرتے ہیں۔ بالآخر میں اس کے ساتھ شادی کرنے پر تیار ہو جاتی ہوں۔ ہماری شادی ہو جاتی ہے۔ زندگی خوشگوار گزرتی ہے پھر ایک دن اچانک میرا خاوند بھی کہتا ہے کہ میں دوسری شادی کرنا چاہتا ہوں۔ میں روتی ہوں۔ میں اس سے طلاق لے لیتی ہوں۔ اور پھر میں واپس بچوں کو لے کر اپنے میکے آجاتی ہوں۔ (شاہین، ملتان)

تعبیر: انشاء اللہ آپ کے شوہر کی عمر دراز ہوگی آپ کا مستقبل روشن ہوگا اگرچہ کچھ وقت ناخوشگوار گزرے گا مگر پھر سب ٹھیک ہو جائے گا۔ آپ کے اس کزن کی عزت اور ناموس کو خطرہ ہے۔ واللہ اعلم۔

باکردار بیوی

خواب: میں نے دیکھا کہ چاروں طرف پانی بھرا ہوا ہے اور سب لوگ محفوظ مقام کی طرف جا رہے ہیں۔ ایک لڑکا جسے میں اپنا دوست سمجھتا ہوں، کہتا ہے چلو چلتے ہیں مگر میں بولتا ہوں یار چپلیں ہاتھ میں اٹھا لیں مگر وہ کہتا ہے نہیں تمہاری چپلیں اچھی ہیں۔ اور میری بھی تمہاری جیسی ہے۔ اس پر پانی کا کوئی اثر نہیں ہوگا۔ وہ شلوار پکڑ کر پانی میں اتر جاتا ہے، میں بھی شلوار اوپر کر کے بے ارادہ چھلانگ لگا دیتا ہوں۔ تیرنے کے انداز میں چھلانگ لگاتے ہی میرے پیر میں سے چپل نکلنے لگتی ہے مگر میں چپل ہاتھ میں پکڑ لیتا ہوں۔ اور تیرتا ہوا دوسرے کنارے پر پہنچ جاتا ہوں۔ مجھے اپنی گلی کے دوست ملتے ہیں۔ وہ دونوں مجھے کہتے ہیں کہ تو کہاں آگیا۔ ان دونوں میں سے حقیقت میں ایک سے میری بات چیت نہیں ہے۔ تقریباً تین چار سال سے وہ ہمارے گھر کے سامنے رہتا ہے۔ کنارے پر پہنچ کر مجھے سینے میں تکلیف محسوس ہوتی ہے۔ میں دیکھتا ہوں کہ میرے سینے کے درمیان میں کانٹا لگا ہوا ہے۔ جسے میں نکال دیتا ہوں۔ (کامران بیگ۔ حیدرآباد)

تعبیر: اس خواب کے مطابق انشاء اللہ آپ کو ایک اچھی اور باکردار بیوی ملے گی۔ جس کی برکت سے مالی آسودگی ہوگی۔ بشرطیکہ آپ اپنے گزشتہ گناہوں سے صدق دل کے ساتھ توبہ کر لیں اور اپنی زندگی کا رخ درست کر کے کریم آقا کے حضور رات کے اندھیرے میں گڑگڑایا کریں۔

نفس وشیطان پر غلبہ

خواب: میں اور میرا بھائی (جو مجھ سے بڑا ہے) جا رہے ہیں۔ پہاڑی آتی ہے تو میرا بھائی کہتا ہے کہ یہاں پر نور بادشاہ نامی آدمی کا ایک درخت تھا۔ پہلے جو سیلاب آیا تھا، اس نے اکھاڑ کر بہا دیا ہے تو میرے ذہن میں اس درخت کا وجود یاد آتا ہے۔ پھر ذرا آگے جا کر ایک آدمی ہوتا ہے جس کا نام محمد رحمٰن ہے۔ بولتا ہے کہ خدا کی قسم یہاں ہمارا ایک درخت تھا جو گر گیا ہے اور اپنے ساتھ اور بھی بہت سے پودوں اور درختوں کو نقصان پہنچا ہے تو وہ درخت ہمیں گرا ہوا نظر آتا ہے پھر آگے جا کر میرے ہاتھ میں ایک جانور ہوتا ہے، جس پر خرگوش جیسے بال اور خرگوش جیسی شکل، لیکن خرگوش نہیں ہے۔ میں اس کا گلا دباتا ہوں تاکہ یہ مرجائے تو وہ مر جاتا ہے۔ (محمد نقیب، تبوک سعودی عرب)

تعبیر: اس اعتبار سے یہ خواب مبارک ہے کہ اللہ تعالیٰ نے آپ میں نیکی کرنے اور گناہ سے بچنے کی صلاحیت رکھی ہے۔ واللہ اعلم

ان کا خیال چھوڑ دیں

خواب: میں نے دیکھا کہ وہ ہمارے گھر آئی ہوئی ہے اور اس کے ساتھ ایک بچی بھی ہے۔ میں نے اس سے پوچھا کہ یہ بچی کون ہے تو اس نے کہا کہ یہ میری پڑوسن کی بچی ہے۔ وہ بچی بہت خوبصورت تھی۔ میں نے اس بچی کو چوما تو میری محبت رونے لگی۔ اس کے بعد وہ گھر چلی گئی۔ مجھے بعد میں پتہ چلا کہ وہ بچی اس کی بیٹی ہے۔ پھر خواب میں گھر آ رہا تھا تو وہ ہمارے گھر سے نکل رہی تھی۔ مجھے دیکھا تو آواز دی اور میری طرف دوڑنے لگی۔ میں بھی دوڑنے لگا۔ راستے میں بہت شیشے تھے۔ میں شیشوں کی پرواکیے بغیر ان پر دوڑنے لگا تو میرے پاؤں سے خون نکلنے لگا اور میں اس کی گود میں جا گرا۔ (مراد علی، پشاور)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ اس لڑکی کو ہرگز نہیں پا سکیں گے اور اس کے ساتھ آپ کی ازدواجی زندگی درست نہ ہوگی۔ اگرچہ آپ دونوں کے دلوں میں ایک دوسرے کی محبت جاگزیں رہے گی۔ بہرکیف آپ اس کا خیال چھوڑ دیں اور مشیت خاوندی پر راضی رہیں۔ واللہ اعلم۔

محتاط رہیں

خواب: میں نے دیکھا کہ میرے پاس ایک بچہ کھڑا ہے جو چار یا پانچ سال کا ہے۔ میرے ساتھ میری بڑی بہن بھی ہے۔ ہمارے گھر ایک عورت آتی ہے (خواب) میں وہ ہمارا گھر ہے لیکن میں نے ایسا گھر کبھی نہیں دیکھا) اور پوچھتی ہے کہ یہ بچہ کس کا ہے تو میں کہتی ہوں کہ یہ میری بھابھی کا ہے۔ میں نے اس بچے کو پالا ہے۔ جو کوئی بھی پوچھتا ہے میں یہی کہتی ہوں۔ (میرے بھائی کی شادی نہیں ہوئی ہمارا ایک ہی بھائی ہے وہ ابھی چھوٹا ہے) آس پاس کوئی مکان نہیں ہوتا۔ ویران جگہ ہے۔ کچھ ڈاکو آتے ہیں میں اور میری بہن چھپ جاتی ہیں لیکن میری بہن کو وہ پکڑ کر لے جاتے ہیں۔ (سیدہ افضل، گجرات)

تعبیر: آپ لوگوں کا دشمن آپ لوگوں کو کسی نہ کسی طرح کا نقصان پہنچانا چاہتا ہے چنانچہ اگر آپ لوگ محتاط نہ رہے تو وہ اس میں کامیاب بھی ہو سکتا ہے۔ اس لیے حسب توفیق صدقہ دے کر عافیت کی دعا کریں۔ واللہ اعلم۔

ملیریا بخار: نمک لاہوری پسا ہوا، ایک چٹکی اور دو چٹکی چینی ملا کر دن میں تین بار دودھ میں ملا کر مریض کو دیں۔

زمین پھٹی اور وہ سب دفن ہو گئے

کئی لوگوں سے سنا ہے کہ رات کو اس کھنڈر میں بہت بڑا اژدھا ہوتا ہے اس کی پھنکار دور تک سنائی دیتی ہے اور منہ سے آگ نکلتی ہے۔ سنا ہے کہ اس جگہ خزانہ دفن ہے۔ کئی جوان خزانہ حاصل کرنے کے لالچ میں اندر گئے لیکن واپس نہیں آئے۔ (ایس اے ایس، کوٹ ادو)

گرمیوں کے موسم میں رات کو چھت پر لیٹے ہوئے تقریباً 12 بجے کا وقت ہوگا کہ میں پیشاب کرنے نیچے گیا۔ جب اوپر آیا تو سامنے نظر پڑی۔ دس بارہ مکان کے فاصلے پر کوئی آدمی سر پر سفید پگڑی باندھے کھڑا ہے اور اس کا قد آہستہ آہستہ بڑھتا جارہا ہے۔ پھر اس نے بازو پھیلا کر تیسرے مکان کی چھت پر رکھے اور لیٹنے لگا اور اس نے ٹانگیں پھیلائیں تو مکانوں کی چھتوں تک چلی گئی۔ میں بہت خوف زدہ ہوا لیکن کسی کو جگایا نہیں اور لیٹ گیا۔ تھوڑی دیر بعد اٹھ کر دیکھا تو وہاں کچھ بھی نظر نہ آیا۔ صبح کو ماموں جان کو واقعہ سنایا تو انہوں نے فرمایا کہ جس جگہ وہ آدھی کھڑا نظر آیا تھا وہ مکان بہت پرانا ہے اور کھنڈر ہے۔ میں نے بھی کئی بار اسی ہی طرح دیکھا ہے جیسے تم نے دیکھا ہے گھبرانا نہیں، وہ کسی کو کچھ نہیں کہتے۔ ہاں اس مکان (کھنڈر) میں کوئی نہیں جاتا۔ اگر کوئی گیا تو واپس نہیں آیا۔ غائب وہ جاتا ہے۔ کئی لوگوں سے سنا ہے کہ رات کو اس کھنڈر میں بہت بڑا اژدھا ہوتا ہے اس کی پھنکار دور تک سنائی دیتی ہے اور منہ سے آگ نکلتی ہے۔ سنا ہے کہ اس جگہ خزانہ دفن ہے۔ کئی جوان خزانہ حاصل کرنے کے لالچ میں اندر گئے لیکن واپس نہیں آئے۔

اس واقعے کے اگلے دن چند نوجوانوں نے دن کے وقت اس مکان میں جانے کا پروگرام بنایا۔ کچھ دنوں کے بعد وہ نوجوان اکٹھے ہو کر اس مکان کی طرف گئے۔ انہوں نے اپنے ایک ساتھی کو اندر بھیجا اور اسے کہا جب کوئی خطرہ ہو تو آواز دے دینا ہم اندر آجائیں گے۔ وہ نواجون اندر گیا اس کے دوسرے ساتھی ڈنڈے، کلہاڑیاں لیکر مکان کے باہر ہوشیار کھڑے رہے۔ کچھ دیر بعد آواز آئی کہ مکان اندر سے خالی ہے تم بھی آجاؤ۔ وہ سب مکان کے اندر داخل ہوئے تو وہ سب سے پہلا نوجوان صحن میں ناک پر کپڑا لیے کھڑا تھا اور کہہ رہا تھا کہ سب کمرے خالی ہیں کسی میں کوئی چیز نہیں ہے لیکن ایک کمرے کے اندر ایک چھوٹا سا کمرہ ہے جس کا دروازہ لکڑی کا بنا ہوا ہے مجھے ایسے محسوس ہورہا ہے جیسے اس کمرے میں کوئی کوئی خزانہ ہے۔ ایک آدمی کو انہوں نے باہر کھڑا کر دیا اور باقی سب اس چھوٹے کمرے میں داخل ہو گئے مگر پھر واپس نہیں آئے۔ خوف کے مارے پہرہ دینے والا آدمی بھاگ کر واپس گاؤں آیا اور اس نے سارا واقعہ گاؤں والوں کو سنایا۔ اس دوران میں بھی وہاں موجود تھا۔ اور اس نے یہ بھی بتایا کہ جب سارے لوگ چھوٹے کمرے میں چلے گئے تو اچانک مجھے ایسے لگا کہ زمین پھٹی اور سب لوگ اس میں دفن ہو گئے۔ اس واقعہ کے بعد میں اس مکان کے قریب سے بھی نہیں گزرا۔

آیت الکرسی کی برکت

یہ واقعہ سو فی صد حقیقت پر مبنی ہے جو میرے اور میرے دوست عرفان یوسف کے ساتھ پیش آیا تھا۔ یہ اُن دنوں کا واقعہ ہے جب عرفان میٹرک میں اور میں ایف۔ ایس۔ سی کا طالب علم تھا۔ یہ واقعہ اس طرح ہے۔ میں محلّہ بگائی والا میں رہتا تھا، بگائی والا کے ساتھ پانی کا ایک کنواں تھا جس کے نزدیک ایک بہت بڑا درخت تھا۔ ہم نے اپنے بڑوں سے سنا تھا کہ رات میں یہاں جن، چڑیل وغیرہ آتے تھے لیکن میں ایسی باتوں پر یقین نہیں رکھتا تھا۔ ایک رات دس بجے میرا کزن عرفان میرے گھر آیا۔ اس نے مجھ سے فلم کی فرمائش کی۔ فلم میرے چچا کے گھر تھی جو اس کنویں کے پار ایک حویلی میں رہتے تھے۔ رات گیارہ بجے بلا خوف و ڈر ہم روانہ ہو گئے۔ جب کنویں کے نزدیک درخت کے قریب پہنچے تو عرفان ڈرنے لگا اور میرا دل بھی حوصل چھوڑ گیا۔ سیاہ رات تھی اور عجیب وغریب آوازیں آرہی تھیں۔ اچانک ایک طرف سے ایک سفید لباس میں ملبوس عورت آئی جس کے بڑے بڑے دانت تھے۔ شکل بھی خوف ناک تھی۔ اس کے ہاتھ میں ڈنڈا تھا۔ جب ہم نے اس کے پاؤں دیکھے تو ہم سمجھ گئے کہ یہ چڑیل ہے۔ ہم نے وہاں سے دوڑ لگائی اور دل میں آیت الکرسی کا ورد کرتے رہے۔ وہ چڑیل کچھ دیر ہمارے پیچھے بھاگی پھر اچانک غائب ہوگئی۔ یہ سب آیت الکرسی کا کمال تھا۔ ہم نے اللہ کا شکر ادا کیا کہ اس نے ہماری جان بچائی۔ آج جب بھی ہمیں یہ واقعہ یاد آتا ہے تو ہمارے رونگٹے کھڑے ہو جاتے ہیں۔ اس دن کے بعد ہم رات کو کبھی وہاں نہیں گئے۔

عبقری سے فیض پانے والے

جوہر شفائے مدینہ کسی معجزے سے کم نہیں

جوہر شفاء مدینہ کسی معجزے سے کم نہیں ہے کیونکہ میں پچھلے تین سال سے معدے کی وجہ سے مختلف بیماریوں کا شکار تھی اور بہت علاج معالجے کے بعد بھی مجھے وقتی فائدے کے سوا کچھ حاصل نہیں ہوتا تھا۔ غذا ہضم نہ ہونے کی وجہ سے میں بہت کمزور ہوگئی تھی لیکن پھر جوہر شفاء مدینہ ایک نعمت کی صورت میں مجھے ملی اور صرف آدھی ڈبیہ کے استعمال سے ہی میں اللہ کے فضل سے صحت یاب ہوگئی۔ باقی کی دوا میں نے ایک دو اور شدید قسم کے مریضوں کو دی تو اللہ کے کرم سے ان کو بھی افاقہ ہوا۔ شروع میں دوا کے استعمال سے پیٹ میں درد ہوتا ہے اور مروڑ ہوتے ہیں لیکن میں نے مکمل یقین سے سب کچھ بھول کر دوا کو استعمال کیا اللہ کا لاکھ لاکھ شکر ہے کہ آج میں بالکل ٹھیک ہوں اور مجھے کوئی بیماری نہیں۔ جوہرِ شفاء مدینہ نے مجھے تین سال پرانی بیماری سے صرف پندرہ دن میں نجات دی اس لیے میں یہی کہتی ہوں کہ جوہرِ شفاء مدینہ کسی معجزے سے کم نہیں ہے۔ (نورین بٹ۔ فیصل آباد)

شوگر کے مریضوں کیلئے ٹانک

ایک پاؤ دیسی بادام، ایک پاؤ چنے بغیر چھلکے کے ½ پاؤ گری، تینوں کو پیس کر ایک چمچ رات کو دودھ کے ساتھ لیں۔

ہائی بلڈ پریشر کے لیے "فشاری" پر اعتماد

مشینی اور ٹیکنالوجی کے جدید دور نے انسانوں کو بظاہر سہولت، لیکن دراصل ایسے بھیانک عذاب میں مبتلا کر دیا ہے جو زندگی کی تمام سہولتوں کے باوجود انسان کو عاجز کر دیتا ہے۔ ان عاجز کر دینے والی بیماریوں میں ہائی بلڈ پریشر بھی ہے۔ اچھا خاصا انسان سر چکرانے، نیند نہ آنے اور وقت بے وقت ماحول سے پریشان ہو کر اپنے حواس کھو بیٹھتا ہے یا پھر کسی سے الجھ کر بعد کے مستقل پچھتاوے اور ندامت کے عذاب میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ ایسے انسان کو کہتے ہیں کہ آپ اپنے بلڈ پریشر کا علاج کریں یا پھر انسان خود کہتا ہے کہ بے بس ہوں۔ کیا کروں ہائی بلڈ پریشر نے عاجز کر دیا اور مجبور کر دیا ہے روزانہ جب تک یہ ادویات نہ کھاؤں، بلڈ پریشر کنٹرول نہیں ہوتا۔ ایسے مجبور اور بے بس لوگوں کے لئے خوشخبری ہے کہ وہ جڑی بوٹیوں سے استفادہ کریں اور ہائی بلڈ پریشر سے انشاءاللہ تعالیٰ ہمیشہ کے لئے نجات پائیں۔

قیمت:-/100 روپے علاوہ ڈاک خرچ (دوائی برائے دس یوم)

جسمانی تکالیف ☆ پیر جلتے ہیں ☆ حصول علم ☆ لڑکا غیر ذمہ دار ہے ☆ جادو کے اثرات ☆ شوہر کا مزاج درست نہیں

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا ہے جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوندیا ٹیپ نہ لگائیں خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ راز داری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

جسمانی تکالیف

میں بہت بیماری رہتی ہوں۔ معدے پر ہروقت بوجھ رہتا ہے۔ جسم سوکھ کر ہڈیوں کا پنجر بن گیا ہے۔ کوئی علاج اثر نہیں کرتا۔ کبھی کبھی اپنے آپ کو بالکل صحت مند محسوس کرتی ہوں لیکن جسمانی حالت جوں کی توں رہتی ہے اور پھر تکالیف کا سلسلہ شروع ہو جاتا ہے۔ کسی نے بتایا کہ آپ پر عمل کیا گیا ہے۔ اس مسئلے کے بارے میں بھی کوئی ورد وعمل ایسا بتائیں کہ جلد اللہ کا فضل ہو جائے۔ (نام شائع نہ کریں، پارہ چنار)

جواب: صبح کے وقت پانی پر گیارہ بار **اَللّٰہُ لَآ اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ الْحَیُّ الْقَیُّوْمُ** دم کر کے پیا کریں اور شام اور رات کو **یَا اَللّٰہُ یَا رَحِیْمُ، یَا مُرِیْدُ** گیارہ گیارہ بار دم کر کے پیا جائے۔ رات کو سونے کیلئے لیٹیں تو آنکھیں بند کر کے تصور کریں کہ آپ عرش الٰہی کے نیچے موجود ہیں اور اس تصور کے ساتھ ساتھ **یَا حَفِیْظُ** کا ورد کرتے کرتے سو جائیں۔ ان شاء اللہ جسم میں امراض کے خلاف مناسب قوت مدافعت پیدا ہو جائے گی۔ شادی کے سلسلے میں آپ اور آپ کی عزیزہ نماز عشاء کے بعد سو بار **یَا اَللّٰہُ یَا رَحْمٰنُ یَا رَحِیْمُ** پڑھ کر دعا کیا کریں۔

پیر جلتے ہیں

والد صاحب کی صحت اچھی نہیں ہے۔ سانس اور شوگر کی تکلیف ہے۔ انہیں کمزوری اور جسمانی درد کی شکایت رہتی ہے۔ سوچتے بھی زیادہ ہیں۔ چہرہ اترا ہوا اور بے رنگ رہتا ہے۔ پیر جلتے ہیں۔ جنہیں وہ پانی میں ڈالتے رہتے ہیں۔ پہلے ان کے اندر ہمت تھی لیکن اب لگتا ہے کہ ہمت ہار بیٹھے ہیں۔ میرا بھائی جو پانچ سالوں سے قرآن پاک حفظ کر رہا ہے، پڑھائی پر توجہ نہیں دیتا۔ دوستوں کے ساتھ وقت گزارتا ہے اور دیگر فضول کاموں میں اس کا دل زیادہ لگتا ہے۔ (نوید، سیالکوٹ)

جواب: آپ اور گھر والے والد صاحب کی مناسب انداز میں ہمت بندھائیں تا کہ انہیں بیماری کا احساس کم سے کم ہو اور ان کی ضروریات کا پورا خیال رکھا جائے۔ صبح شام پانی پر تین سو بار **یَا سَلَامُ** دم کر کے پلائیں۔ ان شاء اللہ امراض کے خلاف قوت مدافعت پیدا ہوگی۔ بھائی کے مسئلے کے ضمن میں یہ بات بھی ذہن نشین رکھیں کہ حصول علم کے ساتھ ساتھ مناسب ذہنی فراغت اور مثبت تفریح بھی ضروری ہوتی ہے۔ اپنے بھائی کے حالات کا اس نقطہ نظر سے جائزہ لیکر مناسب اقدام کریں اور اس کے ساتھ ساتھ صبح سورج نکلنے سے پہلے پانی پر ایک بار **یَا وَدُوْدُ** دم کر کے بھائی کو پلائیں۔

لڑکا غیر ذمہ دار ہے

میری غیر موجودگی میں میری شادی کی بات کزن سے طے کر دی گئی جسے میں ناپسند کرتی ہوں۔ لڑکا غیر ذمہ دار اور آوارہ ہے۔ مجھے پریشان کرنے کیلئے بعض لوگوں نے قصداً ایسے حالات پیدا کیے اور یہ بات طے کروادی۔ اب گھر والے چاہتے ہیں کہ یہ بات ختم ہو جائے کیونکہ میں بھی ابتداء سے اسے ناپسند کرتی ہوں اور جس سے میں شادی کی خواہش مند ہوں اس سے میری نسبت طے ہو جائے۔ (ثناء، پشاور)

جواب: اگر گھر والے اس بات کو محسوس کرتے ہیں کہ فیصلہ درست نہیں ہے تو انہیں فوراً اس بات کو ختم کرنا چاہیے اور پھر اس کے ساتھ آپ روزانہ تین سو بار **یَا وَکِیْلُ** پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا کیا کریں کہ حالات اور نتائج آپ کے حق میں بہتر سامنے آئیں۔ کم از کم چار ماہ اس اسم کا ورد کیا جائے۔

توقعات

میں ایک دین دار اور نیک اطوار کا لڑکا ہوں۔ میں نے دسویں جماعت کا امتحان دیا۔ میرے پرچے اچھے ہوئے لیکن نتیجہ اس کے برعکس نکلا۔ میں نے بہت سے وظائف پڑھے۔ قرآن پاک کی تلاوت و ذکر الٰہی بھی کیا لیکن جب مجھے پتہ چلا کہ نتیجہ اچھا نہیں آیا ہے تو مجھ پر غم والم کا پہاڑ ٹوٹ پڑا۔ اب میں دوبارہ امتحان کی تیاری کر رہا ہوں۔ مجھے اپنے حالات سے سخت مایوسی ہوگئی ہے۔ دعائیں کرتا ہوں لیکن قبول نہیں ہوتیں۔ اکثر مختلف پریشان خیالات تنگ کرتے رہتے ہیں۔ لوگوں کی نظریں مجھے بہت جلد لگ جاتی ہیں مجھے زندگی سے نفرت ہونے لگی ہے۔ (شیر علی، حیدر آباد)

جواب: آپ مختلف خیالات اور تفکرات کی وجہ سے غالباً اپنی تعلیم پر مطلوبہ توجہ نہیں دے رہے۔ آپ کیلئے ضروری ہے کہ دعا کے ساتھ ساتھ محنت اور ضروری تیاری بھی کریں۔ حصول علم جس محنت اور توجہ کا تقاضا کرتا ہے اسے بھی پورا کرنا ضروری ہے۔ آپ نے جس مایوسی، پریشان خیالی کا تذکرہ کیا ہے اور دعا کے قبول نہ ہونے کا شکوہ کیا ہے وہ آپ کی غلط توقعات کا نتیجہ ہے۔ ان سب باتوں کو ذہن سے نکال کر محنت اور درست سمت میں کوشش پر توجہ مرکوز کریں۔ نماز عشاء کے بعد سو بار **اَلْمَلِکُ الْقُدُّوْسُ** پڑھ کر دعا کیا کریں اور یہ ورد امتحان کا نتیجہ آنے تک جاری رکھا جائے۔

حصول علم

مجھے پڑھنے لکھنے کا بالکل شوق نہیں ہے اور میں پڑھائی کے نام سے بھاگتی ہوں۔ اس لیے کہ میں پڑھائی میں کمزور ہوں۔ بڑی مشکلوں سے میرے بھائی بہنوں نے مجھے پڑھائی کی طرف متوجہ کیا ہے اور میں کوشش کر رہی ہوں۔ میں جسمانی طور پر بھی کمزور ہوں۔ اکیلے کمرے میں بیٹھی رہتی ہوں اور کسی سے کھل کر بات نہیں کر سکتی۔ مجھے کسی سے بات کرتے ہوئے گھبراہٹ ہونے لگتی ہے۔ ذہن میں عجیب سے خیالات آتے ہیں اور موت کا خوف ذہن میں آتا ہے۔ (نادیہ صدیقی، ساہیوال)

جواب: علم، فن، ہنر کی بہت سی شاخیں ہیں۔ انسان کو کسی نہ کسی شعبے میں دلچسپی ہوتی ہے اور کوئی نہ کوئی راستہ اس کی طبیعت اور دلچسپی کے مطابق ہوتا ہے۔ آپ بھی پوری توجہ سے غور کریں کہ وہ کون سا عمل وشعبہ ہے جس میں آپ ذہنی یکسوئی سے کام کر کے عملی نتیجہ حاصل کر سکتی ہیں۔ نتیجہ ہی کامیابی ہوتا ہے۔ آپ کے ذہن میں اپنی بے عملی اور کمزوریوں کا خیال احساس

کسی وقت "یَا وَکِیْلُ" حسب توفیق ہر روز پڑھیں اللہ پاک آپ کو آگ، پانی اور ہوا کے شر سے محفوظ رکھیں گے۔

کمتری بن گیا ہے جو درست نہیں ہے۔ ان خیالات سے ذہن ہٹا کر عمل کا درست راستہ اختیار کریں۔ نماز فجر کے بعد پانی پر اکتالیس بار **الٓرٰ تِلْکَ آیَاتُ الْکِتَابِ الْمُبِیْنِ، اَلرَّحِیْمُ اَلرَّحِیْمُ یَااَللّٰہُ یَا مُرِیْدُ** دم کرکے پیا کریں اور رات کو سونے سے پہلے ایک سو ایک بار **یَارَحِیْمُ** پڑھ کر ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔

جادو کے اثرات

ہمارے گھر کا ماحول ونظام درہم برہم ہے۔ معاشی طور پر بھی حالات خراب ہوتے جارہے ہیں۔ مجھے اور میری بات کو کوئی اہمیت نہیں دیتا۔ گھر پر جادو کے اثرات چھا گئے ہیں۔ میرا دل پڑھائی سے اچاٹ ہوتا جارہا ہے اور ذہن کام کرنے سے انکار کردیتا ہے۔ والد مستقل بیمار رہنے لگے ہیں۔ گھر میں اختلافات اور جھگڑے بڑھتے جارہے ہیں۔ جائیداد کے معاملے میں تنازعات پیدا ہوگئے ہیں۔ ان مشکلات سے نجات کیلئے کوئی طریقہ اور مبارک وموثر اسم ایسا بتائیں کہ بداثرات ختم ہوجائیں۔ (تصدق حسین، سرگودھا)

جواب: آپ نماز عشاء کے بعد ایک سو ایک بار **الٓمّٓ ○ اَللّٰہُ لَا اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ الْحَیُّ الْقَیُّوْمُ** (سورۃ آل عمران آیت نمبر 2،1) پڑھ کر حالات بہتر ہونے کی دعا کیا کریں۔ اس وظیفے پر کم از کم تین ماہ عمل کریں۔ وسوسوں اور اندیشوں میں گرفتار نہ ہوں۔ والد کو روزانہ تین سو بار **یَاسَلَامُ** پانی پر دم کرکے پلائیں۔ اپنی آمدنی میں سے ایک حصہ پابندی سے ضرورت مند افراد کو دیا کریں۔

بہت زیادہ حساس ہوں

ہفتے میں ایک دو بار طبیعت ایسی ہوجاتی ہے کہ زور زور سے رونے کو جی چاہتا ہے۔ اگر آئینے میں اپنی شکل دیکھتی ہوں تو دل چاہتا ہے کہ آئینہ توڑ دوں کیونکہ اپنا وجود بہت برا محسوس ہوتا ہے۔ چھوٹے بہن بھائیوں پر بھی غصہ آتا ہے۔ یوں لگتا ہے کہ دماغ کے آگے ایک جال سا بنا ہوا ہے۔ اگر تمام دن روتی رہوں تو بھی سمجھ میں نہیں آتا کہ کیوں روتی رہی ہوں۔ میں اپنے خیالات کو خود کوئی معانی نہیں پہنا سکتی۔ مجھے نیند زیادہ آتی ہے لیکن پوری طرح یعنی گہری نہیں آتی اور میں اپنے ماحول میں ہونے والی باتوں کا کسی قدر ادراک کرلیتی ہوں۔ کبھی اچانک گہری نیند سے آنکھ کھل جاتی ہے۔ (ندا بخاری، اوچ شریف)

جواب: نماز فجر کے بعد سانس کا عمل کیا کریں۔ آرام دہ نشست میں بیٹھ کر کمر سیدھی رکھتے ہوئے آنکھیں بند کرلیں۔ آہستگی سے سانس اندر لیں اور جب سانس پورا ہوجائے تو معمول کی رفتار سے باہر نکال دیں۔ اس طرح متواتر دس منٹ یہ عمل کیا جائے۔ سانس کی مشق کے بعد پانی پر ایک بار **یَاوَدُوْدُ** دم کرکے پی لیا کریں۔ نماز عصر یا نماز عشاء کے بعد ایک سو ایک بار **یَااَللّٰہُ یَارَحْمٰنُ یَارَحِیْمُ** پڑھا کریں۔

قوت برداشت

انتہائی کمزور جسم کا مالک ہوں۔ کئی امراض میں گرفتار ہوں۔ ڈیڑھ دو سالوں سے ایک ایسی تکلیف میں مبتلا ہوں کہ جس کا علاج ڈاکٹر آپریشن تجویز کرتے ہیں۔ اس تکلیف نے میرا سکھ چین چھین لیا ہے۔ ملازمت کرتا ہوں اور روزانہ ملازمت کیلئے دو تین گھنٹے کا سفر کرنا پڑتا ہے جس سے اس تکلیف کی شدت میں اضافہ ہوجاتا ہے۔ ذہنی حالت یہ ہے کہ بہت جلد آنکھوں سے آنسو رواں ہوجاتے ہیں۔ قوت فیصلہ اور قوت برداشت کی کمی ہے۔ ضعیف والدین بیمار رہتے ہیں اور بڑی بہن کا رشتہ نہ ہونے سے اس نے گھر میں سب لوگوں کو پریشان کیا ہوا ہے۔ (عبدالغفار، جھنگ)

جواب: صبح شام رات ایک گلاس پانی لیں اور سیدھے ہاتھ کو دھونے کے بعد انگشت شہادت ذرا سی پانی میں ڈال کر ایک بار **اَللّٰہُ لَا اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ الْحَیُّ الْقَیُّوْمُ** پڑھ کر پانی پی لیا کریں۔ ان شاء اللہ فائدہ حاصل ہوگا اور اگر صورت حال اس نقطے پر پہنچ گئی ہے کہ آپریشن لازمی وضروری ہے تو اسے ٹالا نہ جائے۔ نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد ایک تسبیح **یَااَللّٰہُ یَا رَحْمٰنُ یَا رَحِیْمُ** کی پڑھا کریں۔ ان شاء اللہ حالات آپ کیلئے سازگار ہوجائیں گے۔

مزاج میں غصہ

میری بڑی بیٹی کی عمر دس سال ہے۔ وہ مجھے بہت تنگ کرتی ہے۔ وہ چاہتی ہے کہ میں ہر وقت اس کے پاس بیٹھی رہوں۔ وہ خود سے کوئی کام نہیں کرتی۔ پڑھائی کے معاملے میں اپنی چھوٹی بہن کو بہت مارتی ہے، خود بھی پڑھائی پر توجہ نہیں دیتی۔ اس کے مزاج میں غصہ بھی زیادہ ہے۔ (مسز طاہر، کھاریاں)

جواب: رات کو جب بچی سوجائے تو ایک بار سورۂ کوثر پڑھ کر سر پر دم کردیں۔ صبح نماز فجر کے بعد اور سورج نکلنے سے پہلے پانی پر ایک بار **یَاوَدُوْدُ** دم کرکے بچی کو پلائیں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز مسلسل کیا جائے۔

شوہر کا مزاج درست نہیں

میں سخت پریشانی میں دن رات گزار رہی ہوں۔ اللہ کے بعد واحد سہارا عورت کا شوہر ہوتا ہے اور اگر وہ خیال نہ کرے تو پھر عورت کا کوئی پرسان حال نہیں ہوتا۔ بچوں پر بھی برا اثر پڑتا ہے۔ میرے شوہر سخت مزاج ہیں۔ راتوں کو بھی گھر نہیں آتے۔ دوسرے لوگوں کو اہمیت دیتے ہیں اور ان کے ساتھ رہتے ہیں۔ گھر، بیوی اور بچے ان کی نظروں میں کچھ بھی نہیں ہیں یہ گھر پر خرچ کرنے کی بجائے دوسرے لوگوں پر رقم لٹاتے ہیں۔ اگر میں انہیں سمجھاؤں تو بے عزتی کردیتے ہیں۔ (شاہدہ نسیم، کراچی)

جواب: آپ نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد چھیاسٹھ بار یا اکتالیس بار **بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ** پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ کم از کم چھ ماہ تک اس وظیفے پر عمل پیرا رہیں۔

بات چیت بند کردی

ہم نے اپنی بیٹی کا رشتہ غیروں میں طے کیا۔ لڑکا بھی لڑکی کو پسند کرتا ہے۔ گزشتہ چند ماہ سے لڑکے کی والدہ کا رویہ بہت سرد ہوگیا ہے اور تقریباً بات چیت بند کردی ہے۔ اکثر لوگوں کا کہنا ہے کہ لڑکے کی والدہ اور بہنیں بہت تیز مزاج ہیں۔ لڑکا کہتا ہے کہ شک نہ کریں سب کچھ ٹھیک ہوجائے گا۔ میرے شوہر اور خود بیٹی بھی اس رشتے کو ختم کرنے کیلئے رضامند نہیں ہیں۔ میں اپنی بیٹی کے مستقبل کی طرف سے بہت متفکر ہوں۔ میں خود بھی اس رشتے کو ختم کرنا نہیں چاہتی لیکن کہیں لڑکے کے گھر والے یہ قدم نہ اٹھادیں۔ (مسز عبدالجبار، لودھراں)

جواب: لڑکی اور والدیکسو ہیں اور لڑکے نے بھی کسی قسم کے منفی ردعمل کا اظہار نہیں کیا ہے تو اللہ تعالیٰ پر بھروسہ کرتے ہوئے انتظار کریں۔ پریشان نہ ہوں ان شاء اللہ صورت حال واضح ہوجائے گی۔ لڑکی سے کہیں کہ وہ نماز عشاء کے بعد ایک سو ایک بار **یَا حَکِیْمُ** پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے بہتر حالات کی دعا کیا کریں۔ آپ بھی اسی اسم کو پڑھیں۔

☆☆☆

(بقیہ: صحت مند پرخوشگوار سیر)

سیر سپاٹے کا پروگرام بنایئے تو پہلے سے طے کرلیجئے کہ کیا کرنا ہوگا۔ اگر صبح کے وقت بہت زیادہ پیدل چلنا پڑا ہے تو شام کو ہلکی چہل قدمی پر اکتفا کیجئے۔ ایک ہی روز میں دنیا بھر کا چکر لگانے کی کوشش نہ کیجئے۔ مانا کہ آپ کی چھٹیوں کا وقت بڑا قیمتی ہے لیکن یہ نہ بھولیے کہ آپ کے پیر بھی بڑے قیمتی ہیں لہٰذا ان کا بھی خیال رکھیے!

لیکوریا، جریان، مثانہ کی کمزوری: ستاور کا سفوف بنالیں ایک تولہ گرم دودھ سے لیں صبح وشام۔

مسواک انسانی صحت کی علامت

آج کل ہمارے ملک عزیز میں ایک بڑا مسئلہ نقلی جعلی اشیاء کا بھی ہے۔ جو کسی نہ کسی برانڈ کا ہو بہو تیار کر کے مارکیٹ میں پھیلا کر لوگوں کی صحت سے کھیلتے ہیں۔ اس طرح اصل اشیاء کی پہچان مشکل ہو گئی ہے (محمود الحسن کاشر)

ہمارا مذہب اسلام چونکہ دین فطرت ہے اس لیے اس کی نشاندہی بھی فطرت کے عین مطابق ہے۔ عام خوراک کھانے سے دانتوں پر ہلکی سی تہہ جم جاتی ہے اور مزید برآں ہماری مضرصحت خوراک چائے، مشروبات، سگریٹ، پان، چھالیہ کے کیا کہنے۔ کسی برتن میں پڑی رہ جائیں تو داغ نہیں اُترتے۔ تیزابی اثرات کی حامل یہ اشیاء سلور سٹیل کے برتنوں کا بیڑہ غرق کر دیتی ہیں تو دانتوں کی تباہی کا اندازہ آپ خود لگا سکتے ہیں۔ دانتوں کی حفاظت کر کے مکمل طور پر بیماریوں سے دور رہا جا سکتا ہے۔ مسواک کی بدولت دانتوں کی قدرتی پالش برقرار رہتی ہے جو کہ ٹوتھ پیسٹ کے تیزابی اثرات اور کیمیکل کی بدولت ضائع ہو جاتی ہے اور دانت کھردرے اور بدنما ہو جاتے ہیں۔ عام تجربے کی بات ہے توتھ پیسٹ کی نسبت مسواک استعمال کرنے والوں کے دانت زیادہ عمر پاتے ہیں جبکہ ٹوتھ پیسٹ والوں کے دانت آئے روز نت نئے مسائل کا شکار رہتے ہیں۔ کوئی بھی کمپنی برش کو زیادہ عرصہ تک استعمال کرنے کی گارنٹی نہیں دیتی۔ ہر کمپنی محدود سے وقت میں برش کو بدلنے کی ہدایت کرتی ہے جبکہ مسواک جب تک چاہیں استعمال کریں۔

آج کل ہمارے ملک عزیز میں ایک بڑا مسئلہ نقلی جعلی اشیاء کا بھی ہے جو کسی نہ کسی برانڈ کا ہو بہو تیار کر کے مارکیٹ میں پھیلا کر لوگوں کی صحت سے کھیلتے ہیں۔ اس طرح اصل اشیاء کی پہچان مشکل ہو گئی ہے۔ مسواک کے استعمال سے ہم اس پریشانی سے آسانی سے چھٹکارا پا سکتے ہیں۔ دانتوں کے حساس ترین معاملے پر ہم سارا سال لاپرواہی برتتے رہتے ہیں۔ جب دانتوں کی شکل بگڑ جائے، بدبو پیدا ہونے لگے، پیلاہٹ ہو جائے تو ہم سیدھے عطائی لوگوں کے پاس پہنچ جاتے ہیں، جو اکثر آپ کو فٹ پاتھ، تھڑوں یا بسوں میں چند ٹکوں کی خاطر انسانی صحت سے کھیلتے نظر آئیں گے۔

ان کے پاس دانتوں کے مسائل کے لیے تیر بہدف نسخے ارزاں قیمت میں دستیاب ہوتے ہیں۔ بعد کے مسائل آپ خود بھگتے رہیں۔ ان کے بنائے ہوئے منجن تیزابی اثرات سے بھرپور ہوتے ہیں، جن سے وقتی داغ دھبے تو دور ہو جاتے ہیں مگر مسوڑھوں کو نقصان ہو سکتا ہے۔ دانتوں کی قدرتی چمک اور پالش ضائع ہو جاتی ہے اور دانتوں میں کھردرا پن پیدا ہو جاتا ہے۔ ان کھردرے دانتوں پر ہر چیز جم جاتی ہے اور خود بخود یا صرف کلی وغیرہ کرنے سے نہیں اُترتی۔ کئی قسم کے نقص پیدا ہو جاتے ہیں اور سانسوں کی مہک چندھیا جاتی ہے۔

پرانے بزرگ مختلف مسواکوں کو دوا کے طور پر استعمال کرواتے تھے مثلاً پھوڑے پھنسیوں کے لیے دریک، نیم، کیکر، کشمیری بھیکڑ کی مسواک تجویز کی جاتی ہے۔

گلے کی خرابی، نزلہ، زکام اور بلغم کے لیے کنیر (گنڈ پھرا) کی مسواک تیر بہدف رزلٹ رکھتی ہے۔ سانس کی تکلیفوں اور بلغم کے لیے کیکر اور پھلاہی کو آج بھی مؤثر سمجھا جاتا ہے۔ پھلاہی کے درخت بارانی علاقوں میں کثرت سے ملتے ہیں۔ کیکر کے کوئلوں کو دانت کے مسائل کے لیے اعتماد سے استعمال کیا جاتا ہے۔ بوہڑ کی مسواک جھاگ بھی بناتی ہے۔ مسواک بلاشبہ عصر حاضر میں بھی اپنی افادیت برقرار رکھے ہوئے ہے۔ جدید سائنس اس کی افادیت ضرورت اور خوبیوں کے سامنے سرِتسلیم خم کیے ہوئے ہے۔ جدید سائنس چودہ سو سال بعد بھی معترف ہے تو ہم تو ٹھہرے مسلمان! ہمارے لیے سب سے بڑی بات یہ ہے کہ یہ ہمارے آقا نبی کریم ﷺ کی پسندیدہ سنت ہے۔

ایڈیٹر کا اعتراف

آپ کی نظروں سے بندہ کی کُتب (تالیفات) اور رسالہ گزرا ہوگا۔ ہر ممکن کوشش کی ہے کہ کہیں کمپوزنگ یا مضمون میں غلطی نہ ہو اگر کسی کتاب یا رسالہ میں کہیں غلطی ہو گئی ہو تو ضرور اصلاح اور اطلاع فرمائیں۔ اپنے آپ کو طالب علم سمجھتا ہوں۔ نہ چاہتے ہوئے بھی غلطی ممکن ہے۔ آپ کی مخلصانہ رائے کتب اور رسالہ کے بارے میں نہایت قیمتی اور خلوص پر مبنی ہوگی۔ اس سے یقیناً کتب اور رسالہ کی اصلاح میں مدد ملے گی۔ نیز عبقری میں فرقہ وارانہ اور متعصب تحریریں نہ بھیجیں۔ مضمون نگار کی آراء سے مدیر اور ادارہ کا متفق ہونا ضروری نہیں لہٰذا کسی مضمون کی اشاعت پر ادارہ جواب دہ نہیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

مرکزِ روحانیت وامن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر منگل اور جمعرات مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس' مسنون ذکر خاص' مراقبہ' بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے جس میں دور دراز سے لوگ شامل ہوتے ہیں۔ اسماء الحسنٰی اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں اختتام پر لوگوں کے مسائل و معاملات الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین و حضرات دعا میں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصر اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جن حضرات کے لیے دعا کی گئی ان کے نام یہ ہیں۔

جاوید خان، ڈیرہ اسماعیل خان۔ سید اختر علی بخاری، اٹک سٹی۔ دختر عبدالرشید، ہری پور ہزارہ۔ محمد فاروق، چکوال۔ مہر اللہ بلوچ، کوئٹہ۔ عبدالغفور، فیصل آباد۔ صوبیدار ماسٹر صادق صاحب، راولپنڈی۔ جاوید شیروانی، لاہور۔ حکیم محمد ایلاف حسین چغتائی، راولپنڈی۔ محمد یوسف کھوکھر، ضلع اٹک۔ مس یاسمین، ایبٹ آباد۔ محمد رمضان چشتی، گارڈن ٹاؤن لاہور۔ محمد طارق، المعصوم ٹاؤن فیصل آباد۔ محمد عبداللہ، کھاریاں۔ قمرالزمان قریشی، راولپنڈی۔ محمود الحسن، خوشاب۔ عبدالعزیز، لاہور۔ غلام جان، مکران بلوچستان۔ فخر الدین، بہاولپور۔ سید ولایت حسین شاہ، گجرات۔ حفصہ خالد، گوجرانوالہ۔ فاروق عابد، مانسہرہ ہزارہ۔ محمد اقبال، ضلع اٹک۔ محمد رمضان، رحیم یار خان۔ ارسلان خان، ہزارہ۔ مقصود، سیالکوٹ۔ حیات اللہ مسعود، ڈیرہ اسماعیل خان۔ جویریہ خالد، گوجرانوالہ۔ محمد شفیع میمن، طارق روڈ سکھر۔ چوہدری محمد اکرم، منڈی بہاؤالدین۔ مس طاہرہ، گجرات۔ ارشاد احمد، عارف والا۔ منیر ستار احمد، راولپنڈی۔ محمد اسلم، وہاڑی۔ محمد ظہیر اعوان، فیصل آباد۔ ملک محمد نوید اعوان، چکوال۔ محمد صابر خان، ضلع اٹک۔ محمود الحسن، خوشاب۔ ماسٹر محمد ضمیر اشرف، کوہاٹ۔ عبدالسلام، سوات۔ حمید اللہ خان، منڈی بہاؤالدین۔ شیخ محمد مقصود، سیالکوٹ۔ حاجی ملک محمد ریاض، ہزارہ۔ نصیر احمد ولد سکندر علی، ساہیوال۔ ظفر اقبال، اٹک۔ محمود الحسن، جڑانوالہ۔ ذیشان احمد، راجن پور۔ محمد مختار نظامی، آزاد کشمیر۔ ڈاکٹر عبدالمالک شاہد، گجرات۔ حاجی ولی داد، بہاولپور۔ محمد رفیق، گوجرانوالہ۔ زوبیہ بشیر، گجرات۔ حکیم محمد نواز حیات، چکوال۔ محمد اقبال قریشی، بہاولنگر۔ شفقت حسین، گجرات۔ جمال محمد، ملتان۔ نثار احمد، کوئٹہ۔ محمد ریاض نعیمی، راولپنڈی۔ سعد اختر، ڈیرہ غازی خان۔ ولی محمد، ہزارہ۔ محمد بلال، میانوالی۔ مرزا محمد الیاس، ٹیکسلا۔ طارق منظور، حویلی لکھا۔ عبدالتواب شیخ، ضلع نواب شاہ۔

خوشگوار ازدواجی زندگی کے دس سنہری اصول

شادی گھر بسانے کیلئے کی جاتی ہے، گھر ہنستا بستا ہی رہے اگر میاں بیوی ایک دوسرے سے زیادہ توقعات وابستہ کرنے کی بجائے درگزر وایثار کارویہ اپنائیں۔میاں بیوی کے درمیان مکمل ذہنی ہم آہنگی اور جذبہ محبت موجود ہوتو یہ سفر نہایت آرام وسکون سے کٹ سکتا ہے۔

(تسکین زہرا، لاہور)

نسل انسانی کی بقا کیلئے قانونِ فطرت مسلسل مصروف عمل ہے۔اس کی بنیاد ''محبت'' جیسے پاکیزہ جذبے پر رکھی گئی ہے کہ کسی بھی معاشرے کو برائیوں سے پاک رکھنے کیلئے محبت جیسے پرخلوص جذبے کی ضرورت ہمیشہ رہے گی۔دین اسلام میں دلوں کو آپس میں جوڑنے اور باہمی ہم آہنگی پیدا کرنے کیلئے ''شادی'' جیسا مقدس بندھن موجود ہے۔شادی ایک ایسا مذہبی فریضہ ہے جس کے سبب ایک صحیح مکمل خاندان اور معاشرہ تشکیل پاتا ہے۔یوں بھی زندگی ایک سفر کی مانند ہے اور میاں بیوی اس سفر کے ایسے ساتھی ہیں کہ جن کا راستہ بھی ایک ہے اور منزل بھی ایک۔اگر ان کے درمیان مکمل ذہنی ہم آہنگی اور جذبہ محبت موجود ہوتو یہ سفر نہایت آرام وسکون سے کٹ سکتا ہے۔ویسے بھی جب دو اجنبی روحیں ''نکاح'' جیسے مقدس بندھن میں بندھتی ہیں تو پھر ان کی یک جائی خاندان کی اکائی کو جنم دیتی ہے۔یہی اکائی آگے جاکر معاشرے کی صورت میں ڈھلتی ہے تو بہترین معاشرے کی تعمیر کیلئے خاندان کی اکائی کی مضبوطی اور خوب صورتی نہایت ضروری ہے۔یوں سمجھئے، پرسکون معاشرہ، پرسکون ازدواجی زندگی سے مشروط ہے۔

بظاہر تو کوئی بھی لڑکی ''نئے گھر'' کی بنیاد اس لیے نہیں رکھتی کہ اسے آباد نہ کیا جائے یا اس کا ماحول خوشگوار نہ ہو، مگر بعض اوقات حالات موافقت نہیں رکھتے اور حالات توقعات کے برخلاف ہوجاتے ہیں۔اس طرح زندگیوں کا سکون درہم برہم ہوجاتا ہے۔ایسا ہونا درست نہیں، یہ تو طے ہے کہ مردوں کی نسبت، خواتین کو زیادہ قربانیاں اور خدمات پیش کرنی پڑتی ہیں، لیکن اگر عورت کی قربانی وایثار سے ایک خوبصورت معاشرہ تخلیق پاجائے تو اس سے بڑھ کر اعزاز کیا ہوگا۔ذیل میں کچھ چھوٹی چھوٹی باتیں درج کی جارہی ہیں، جو عام سی ہونے کے باوجود بے حد اہم ہیں اور خوش گوار ازدواجی زندگی کی کنجی سمجھی جاتی ہیں۔

(1) دن بھر کا تھکا ہارا شوہر جب شام کو گھر داخل ہوتو اس کا استقبال ایک بھرپور مسکراہٹ اور سلام سے کریں۔اس طرح وہ ساری تھکن بھول بھال کر خود کو ایک دم تروتازہ محسوس کرے گا۔کوشش کریں کہ شوہر کی آمد سے قبل صاف ستھرا لباس پہن کر ہلکا پھلکا تیار ہوجائیں اور بچوں کو بھی صاف ستھرا رکھیں۔اس طرح گھر کے ماحول میں خوشگواریت رچی بسی رہے گی۔

(2) ہر حال میں اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کریں اگر شوہر کی آمدنی کم ہوتو اسے اس بات کا طعنہ کبھی نہ دیں، بلکہ ایسے مراحل میں اس کا ساتھ دیں، اس کی دل جوئی کریں۔ناشکری ہرگز نہ کریں۔حضور اکرم ﷺ نے ایک مرتبہ عورتوں سے مخاطب ہوتے ہوئے فرمایا تھا کہ ''میں نے دوزخ میں سب سے زیادہ عورتوں کو دیکھا ہے۔'' وجہ پوچھنے پر فرمایا ''شوہروں کی ناشکری کی وجہ سے۔''

(3) اپنے غصے پر قابو رکھیں، کیوں کہ زیادہ تر اختلافات غصے کی وجہ سے ہوتے ہیں۔اگر شوہر غصے میں ہوتو آپ خاموش رہیں، کچھ وقت گزر جانے کے بعد اسے اپنی بات نہایت ہی شیریں لہجے میں سمجھائیں تاکہ وہ آپ کے مؤقف کو اچھی طرح سمجھ سکے، اس طرح بات کبھی نہیں بڑھے گی۔البتہ شوہر کے دل میں آپ کی اہمیت اور عزت مزید بڑھ جائے گی۔

(4) آپ سسرالی رشتے داروں کے متعلق کوئی بات اپنے میکے میں نہ کریں کیوں کہ اس طرح دونوں خاندانوں کے درمیان اختلافات پیدا ہونے کا خدشہ ہوتا ہے۔اپنے سسر، ساس، نند، جیٹھ اور دیور کی دل سے عزت کریں۔انہیں اسی طرح سمجھیں، جیسے میکے میں والدین اور بہن بھائیوں کو سمجھتی تھیں۔معمولی باتوں کو دل پر مت لیں بلکہ یہ سوچ کر خود کو ذہنی طور پر مطمئن کریں کہ جب شادی سے پہلے بھی کبھی والدین کسی بات پر ڈانٹ دیتے تھے یا بہن بھائیوں سے کسی بات پر اختلاف ہوجاتا تھا تو ہم جلد ہی ایک دوسرے کو منالیا کرتے تھے۔میکے کی طرح سسرال میں بھی اگر یہی سوچ اور رویہ رکھیں گی تو یقیناً ذہنی طور پر مطمئن رہیں گی، جس سے آپ کی طبیعت اور مزاج پر بھی بہت اچھا اثر پڑے گا۔

(5) کوشش کیجئے کہ شوہر کی اجازت کے بغیر کہیں باہر نہ نکلیں۔کیوں کہ اس طرح ازدواجی تعلقات میں بے اعتمادی کی فضا قائم ہوجاتی ہے۔بہتر ہے (بقیہ: صفحہ نمبر 37)

روحانی کیفیت

قارئین! آپ بھی اپنی روحانی کیفیت تحریر کریں۔لاکھوں لوگ آپ سے استفادہ حاصل کریں گے۔یہ بھی صدقہ جاریہ ہے

میں نے ایک بلا پال رکھا ہے وہ میرے ساتھ سوتا ہے۔صبح 3 بجے کا ٹائم تھا اس نے مجھے تنگ کیا اور میں نے اسے کمرے سے باہر نکال کر دروازہ بند کردیا اور سوگئی۔میں ہمیشہ دائیں سائیڈ پر کروٹ لے کر قبلہ کی طرف منہ کرکے سوتی ہوں۔میں نے خواب میں دیکھا جیسے میں اور بھائی صاحب اور آپ ایک گاڑی پر کہیں جارہے ہیں۔راستے میں ایک شخص آتا ہے جس کی سفید ڈاڑھی تھی۔بھائی جان اس کو دیکھ کر کہتے ہیں میں عبداللہ شاہ غازی جاتا ہوں، حضرت علی ہجویریؒ کے مزار پر جاتا ہوں، درس پر جاتا ہوں یا نماز پڑھنے مسجد میں جاتا ہوں تو یہ صاحب پہلے سے موجود ہوتے ہیں۔مجھے سمجھ نہیں آتی یہ سب کیسے کرتے ہیں۔آپ فرماتے ہیں تم یہ سوچ رہے ہو یہ کیسے کرتے ہیں۔تم یہ نہیں سوچتے کہ یہ کون ہیں؟ ان کے پاس کیا ہے؟ آپ اتنے میں بھائی جان سے پوچھتے ہیں اب تم کہاں جارہے ہو؟ وہ کہتے ہیں، بہن بیمار ہے اس کا چیک اپ کروانے جارہا ہوں۔آپ فرماتے ہیں ٹھہرو میں دیکھتا ہوں۔اتنے میں ایسی جگہ آتی ہے جہاں ہال نما کمرہ ہوتا ہے۔آپ مجھے فرماتے ہیں لیٹ جاؤ، میں لیٹ جاتی ہوں۔پھر کچھ دیر بعد دم والا پانی مجھے پلاتے ہیں اور کچھ پڑھ کر مجھے دم کرتے ہیں اور میں بالکل ٹھیک ہوجاتی ہوں۔اس کے بعد میرے دل میں ایک عجیب سا ڈر اور خوف رہتا تھا جس کی وجہ سے میں پریشان رہتی تھی۔اب میں باقاعدگی سے پانچ وقت نماز پڑھتی ہوں اور آپ کا بتایا ہوا ذکر ہر وقت میری زبان پر رہتا ہے۔جس کی وجہ سے میں ایک عجیب سا سکون محسوس کرتی ہوں۔حضرت صاحب میں سونے سے پہلے بھی 3 دفعہ قل شریف۔اللہ کے اسماء الحسنیٰ، آیۃ الکرسی اور سورۃ فاتحہ پڑھ کر سوتی ہوں۔پہلے مجھے ڈراونے خواب آتے تھے لیکن جب سے یہ اذکار شروع کیے ہیں۔آرام کی نیند سوتی ہوں۔ (ایک اللہ کی بندی)

باغات کا خالص شہد

بہترین پیکنگ میں، اعتماد کے ساتھ باغات کا خالص شہد ماہنامہ عبقری کے دفتر سے حاصل کریں۔سہولت کے لیے شہد دو طرح کی پیکنگ میں دستیاب ہے۔ایک کلو کی پیکنگ قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ، 330 گرام کی پیکنگ قیمت -/200 روپے علاوہ ڈاک خرچ۔زیادہ فائدے کے لیے ''شہد کی کرامات'' کتاب ضرور پڑھیں۔

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیرنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کے لیے ہے اوراس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔آزمودہ ٹوٹکہ، تجربہ کوئی فارمولہ آپ ضرور تحریر کریں۔یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کریں۔کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

ماہِ دسمبر کے جوابات:

☆ محترم آصف صاحب آپ عبقری کے دفتر سے طب نبوی ﷺ ہیئر آئل اور ہیئر آئل پاؤڈر استعمال کریں۔آپ کا مسئلہ حل ہو جائے گا انشاء اللہ۔ میں نے اور ہمارے گھر والوں نے طب نبوی ﷺ ہیئر آئل کو استعمال کیا اس کے ہمیں بہت اچھے نتائج ملے۔(رابعہ۔فیصل آباد) ☆محترمہ زیب النساء صاحبہ کہیں سے مورچھل مل جائے تو وہ خرید کر اپنے باورچی خانے میں یا جہاں پر زیادہ چھپکلیاں آتی ہوں وہاں رکھئے۔چھپکلیاں آہستہ آہستہ ختم ہو جائیں گی۔(شبیراں بیگم۔حاصل پور)

☆چہرے کی رنگت کے لیے پودینہ گیارہ پتے توڑلیں۔پھر ایک پیالی پانی ابال لیں۔ابل جائے تو پیالی میں دھلے ہوئے پتے ڈال دیں۔پانی ٹھنڈا ہو، تو پیالی صحن میں آسمان تلے کسی چھلنی یا جالی سے ڈھک کر رکھ دیجئے۔صبح اٹھ کر نہار منہ پانی چھان کر پی لیجئے۔ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔(ثریا خانم۔لاہور)

☆ سرپھوکا، گل منڈی، ریوند چینی ۶-۶ گرام ایک گلاس پانی میں رات کو بھگو دیجئے، صبح جوش دے کر چھان کر پی لیجئے اگر مرض شدید ہے تو صبح اور رات دونوں وقت یہ نسخہ نوش جاں کیجئے۔اللہ تعالیٰ شفا دینے والے ہیں۔(محمد سعید۔کراچی)

☆ بھائی! آپ بارہ یا پندرہ گریاں باداموں کی رات کو بھگو دیجئے، صبح چھیل کر ان کو دودھ کی مدد سے جس قدر باریک پیس سکتے ہوں پسوا لیجئے، پھر ایک گلاس دودھ میں یہ پسے ہوئے بادام ڈال کر نہار منہ نوش کیجئے۔ان شاء اللہ اس سے بہت زیادہ افاقہ ہوگا۔ ☆ نیلم بہن آپ لہسن کے دو جوئے یعنی دو دانے لے کر چھیلیں اور توا گرم کر کے اس پر انہیں بھون لیں۔گھی تیل نہیں لگانا۔جب لہسن کا رنگ بدلنے لگے تو اسے اتاریئے، نمک چھڑک کر چبائیں اور نگل لیں۔اس سے گلا صاف ہو جاتا ہے۔ ملٹھی چوسنے سے بھی گلے کو فائدہ ہوتا ہے۔(سونیا راحیل، لاڑکانہ) ☆ رانا بشیر صاحب جون 2008 کے ماہنامہ عبقری کے صفحہ نمبر 4 پر گھٹنوں کے مرض کے متعلق ایک مضمون چھپا تھا۔جس میں ایک نسخہ بھی تھا وہ میں نے خود استعمال کیا اور بہت زیادہ فائدہ محسوس کیا تھا۔ آپ سے گزارش ہے آپ بھی وہی نسخہ استعمال کریں۔ان شاء اللہ بہت زیادہ فائدہ ہوگا۔

ماہِ جنوری کے سوالات:

☆ مجھے اٹھرا کا مرض لاحق ہے، میری ایک بیٹی ہے جس کی عمر تقریباً نو سال ہے، اس کے بعد چار دفعہ میری ابارشن ہوگئی۔ دو دفعہ زندہ بچے پانچ ماہ کے پیدا ہوئے اور ڈیڑھ دو ماہ کے بعد فوت ہو گئے۔ میں بہت پریشان ہوں، برائے مہربانی کوئی میرے سوال کا آزمودہ نسخہ دیکر شکریہ کا موقع دے، ساری عمر آپ کو دعا دونگی۔(مہوش علی۔لاہور) ☆ میری بیٹی کے بال نو سال کی عمر میں تیزی سے سفید ہونے شروع ہو گئے ہیں اور اکثر نزلہ بھی رہتا ہے۔ بالوں کی سفیدی کے لیے آزمودہ نسخہ چاہیے۔(نعیم، لاہور) ☆ میری والدہ کے منہ کا ذائقہ کڑوا رہتا ہے اور منہ خشک رہتا ہے، خاص طور پر رات کو جب پیشاب آتا ہے تو اس وقت منہ اتنا خشک ہو جاتا ہے کہ پانی نہ ملا تو شاید جان نکل جائے گی۔(زینب بی بی، پشاور) ☆ محترم قارئین میرا مسئلہ یہ ہے کہ ہمارا بیٹا 2 سال کا ہے۔ دل کے اوپر والی ہڈی گنبد کی شکل (کب) میں بڑھ گئی ہے۔ کوئی شافی حل بتا کر ممنون فرمائیں۔(نیاز۔صادق آباد)

☆ میری عمر 14 سال ہے، میرا قد ٹھیک ہے لیکن میری صحت بہت کمزور ہے اس کے علاوہ میری نظر بھی بہت کمزور ہے۔ یہاں تک کہ ایک فٹ کے فاصلے سے اخبار یا رسالہ نہیں پڑھا جاتا۔ برائے مہربانی عبقری کے قارئین کوئی تجربہ شدہ اور آسان نسخہ بتائیں، میں عمر بھر دعائیں دوں گا۔(ثاقب ہاشمی، گوجرانوالہ) ☆ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے منہ سے اور معدے سے بدبو آتی ہے۔ جس سے مجھے شرمندگی ہوتی ہے۔ میں دانتوں کی بھی اچھی طرح صفائی کرتی ہوں لیکن پھر بھی بدبو بہت زیادہ آتی ہے۔اس کا کوئی نسخہ بتائیں۔(نام نہ لکھیں)

☆ میری عمر 14 سال ہے میرا قد بھی اچھا ہے لیکن میری صحت اچھی نہیں ہے میں دبلا پتلا ہوں اور کمزوری بھی محسوس ہوتی ہے، براہ کرم کوئی عبقری کے قارئین میں سے کوئی ایسا نسخہ یا ٹوٹکہ بتائیں کہ میرا جسم فربہ ہو جائے اور میری صحت اچھی ہو جائے۔(حافظ شہباز احمد، ڈسکہ)

اسلام اور رواداری

پیغمبرِ اسلام ﷺ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

قسط نمبر 25

(ابن زیب بھکاری)

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبیؐ کے پیروکار ہیں ان کا غیر مسلموں سے مندرجہ ذیل سلوک کیا تھا ہم اپنے گریبان میں جھانکیں، ہمارا عمل، سوچ اور جذبہ غیر مسلموں کے بارے میں کیا ہے؟ فیصلہ آپ خود کریں۔

انبیاء علیہم السلام کو محاسن اخلاق کے تمام انواع و اصناف میں کمال کا درجہ حاصل تھا۔ یہ نفوسِ قدسیہ کوئی کام عام انسانی جذبہ کے تحت نہیں کرتے تھے بلکہ دوست دشمن ہر ایک سے وہی سلوک کرتے تھے جو ان کے شایانِ شان ہوتا۔ دشمن سے انتقام لینا فطرتِ انسانی کا خاصہ ہے لیکن انبیاء علیہم السلام عموماً اور سیّد الانبیاء حضرت احمد مجتبیٰ علیہ الصلوٰۃ والسلام خصوصاً جن اخلاق سے متخلق تھے، سرورِ کون و مکان ﷺ کی یہ حدیث ان کی شارح ہے۔ آپ ﷺ نے فرمایا میرے رب نے مجھے حکم دیا ہے کہ جو کوئی مجھ پر ظلم کرے میں اس کو قدرتِ انتقام کے باوجود معاف کر دوں۔ جو مجھ سے قطع کرے میں اس کو ملاؤں۔ جو مجھے محروم رکھے میں اس کو عطا کروں۔غضب اور خوشنودی دونوں حالتوں میں حق گوئی کو شیوہ بناؤں۔تنگ دستی اور فارغ البالی میں میانہ روی اختیار کروں۔خلوت اور جلوت میں خدا سے ڈرتا ہوں۔(مشکوٰۃ بحوالہ رزین)

دشمنوں کیلئے دعائے مغفرت:

حضرت موسیٰ اور ہارون علیہما السلام کو حکم ہوا کہ فرعون شاہِ مصر کے پاس جا کر اسے اللہ کی طرف بلائیں۔ چونکہ موسیٰ علیہ السلام سخت مزاج رکھتے تھے۔ارشاد ہوا **فَقُوْلَا لَہٗ قَوْلًا لَّیِّنًا**۔(فرعون کے ساتھ نرمی سے بات کرنا)۔(سورۂ طٰہٰ، آیت نمبر 44) اور چونکہ حضرت خاتم الانبیاء ﷺ نہایت حلیم اور نرم خو تھے آپ کو حکم دیا گیا۔ **یٰٓاَیُّھَا النَّبِیُّ جَاھِدِ الْکُفَّارَ وَالْمُنٰفِقِیْنَ وَاغْلُظْ عَلَیْھِمْ**(اے نبی! اسلام کے دشمنوں سے (بالسنان) اور مخفی دشمنوں سے (باللسان) جہاد کرتے رہیے اور ان پر سختی کیا کیجئے (سورۂ توبہ آیت 73)

شیخ عبدالحقؒ لکھتے ہیں کہ گو آپ ﷺ کو تشدد و تغلیظ کا اذن دیا گیا، لیکن پھر بھی ان کے لیے آپ ﷺ کا بابِ عفو و رحمت و استغفار ہی کھلا ہوا تھا۔ (بقیہ: صفحہ نمبر 38 پر)

دل کی کمزوری اور گھبراہٹ: برگ گاؤزبان ۵ تولہ، طباشیر ایک تولہ پیس کر سفوف بنا کر صبح وشام ایک ایک ماشہ کھائیں۔

سرکار دو عالم ﷺ کی انگوٹھی مبارک

حضرت ابوبکر صدیق ؓ، حضرت عمرؓ، حضرت عثمانؓ کو جب کبھی ضرورت ہوتی تو حضور ﷺ کی انگوٹھی مبارک سے مہر کا کام لیتے۔اس انگوٹھی کا مُہر کے علاوہ ایک فائدہ یہ بھی تھا کہ اس کی موجودگی میں اُمت فتنوں سے محفوظ تھی۔ (محمد عمر فاروق عاطف، فیصل آباد)

سید الثقلین ہادی دو عالم تاجدار مدینہ ﷺ کی ذات مبارک اس قدر ذیشان ہے کہ ان کے ساتھ جس چیز کی نسبت ہوئی وہ اعلیٰ بن گئی۔ یہاں تک کہ شیخ الاسلام حضرت مولانا شبیر احمد عثمانیؒ نے لکھا کہ وہ ذرّے جو آپ ﷺ کے جسم اطہر سے مَس ہو رہے ہیں وہ عرش و کرسی سے بھی اعلیٰ ہیں اور آپ صلعم کی ایک ایک ادا اس قدر مقبول ٹھہری کہ اس پر مرمٹنا ہر اُمتی کے ایمان کا حصہ ہے۔ یہاں ہم سرکار دو عالم ﷺ کی انگوٹھی مبارک کا مختصر تذکرہ کریں گے تاکہ قلبی سکون حاصل ہو اور شاید یہ تحریر سنت کی طرف رغبت کا ذریعہ بن جائے۔ (آمین)

قارئین محترم! سرکار دو عالم ﷺ کے پاس دو قسم کی انگوٹھیاں تھیں جنہیں آپ ﷺ پہنا کرتے تھے اور دونوں ہی چاندی کی بنی ہوئی تھیں۔ایک انگوٹھی مبارک پر محمد رسول اللہ نقش تھا جس سے مُہر کا کام لیا جاتا تھا کہ سرکار دو عالم ﷺ جب بادشاہوں کو خطوط بھیجا کرتے تھے تو ان پر اپنے دست مبارک سے مُہر ثبت فرمایا کرتے تھے۔ یہ انگوٹھی آپ ﷺ عام نہیں پہنا کرتے تھے بلکہ مہر لگانے کی غرض سے ہی پہنا کرتے تھے۔ یہ مُہر والی انگوٹھی یعلیٰ بن امیہ نے بنائی تھی۔اس کے بنانے کی ضرورت اس لیے پیش آئی کہ آپ ﷺ نے مقوقس قیصر و کسریٰ اور اسی طرح دوسرے بادشاہوں کی طرف عام دعوت کیلئے خطوط ارسال فرمانے کا ارادہ کیا تو یہ بات سامنے آئی کہ بادشاہوں کے ہاں بغیر مہر کے بھیجا گیا خط یا کوئی مراسلہ قابل قبول نہیں ہوتا۔اس لیے جو بھی خط بھیج جائے وہ مہر شدہ ہو۔

سرکار دو عالم ﷺ نے ان خطوط کا سلسلہ صلح حدیبیہ کے واقعہ کے بعد شروع فرمایا یعنی سن چھ یا سات ہجری کے بعد تو اس سے یہ بات معلوم ہوگئی کہ یہ مہر والی انگوٹھی اسی عرصہ میں تیار کی گئی تھی۔ سرکار دو عالم ﷺ کی وفات کے بعد یہ انگوٹھی خلیفہ اوّل سیدنا صدیق اکبرؓ کے پاس رہی اور ان کے بعد سیدنا عمرؓ اور ان کے بعد سیدنا عثمان ذوالنورینؓ کے پاس اسی غرض سے رہی یعنی یہ حضرات اس انگوٹھی سے مہر کا کام لیتے تھے۔ یہ مہر والی انگوٹھی ان تینوں حضرات کے دور خلافت میں ایک صحابیؓ کے پاس ہی رہتی تھی۔ ان حضرات کو جب کبھی ضرورت ہوتی تو اس صحابی سے لے کر کام میں لاتے تھے۔اس انگوٹھی کا مہر کے علاوہ ایک فائدہ یہ بھی تھا کہ اس کی موجودگی میں اُمت فتنوں سے محفوظ تھی۔

ایک مرتبہ سیدنا عثمان ذوالنورینؓ مسجد قباء کے قریب واقع ایک کنواں جسے بئیر اریس کہا جاتا ہے کے پاس کھڑے تھے کہ حضرت عثمانؓ نے کسی کام کی غرض سے اس صحابیؓ سے وہ انگوٹھی مانگی۔انہوں نے دینے کیلئے ہاتھ بڑھایا مگر وہ انؓ کے ہاتھ سے چھوٹ کر کنویں میں جا پڑی۔ سب کو بہت پریشانی لاحق ہوئی۔لہٰذا اس کی تلاش شروع ہوئی۔ بہت کوشش کی گئی مگر کنویں کے جاری ہونے کی وجہ سے ناکامی ہوئی اور اس اچانک افتاد سے اُمت اس انگوٹھی سے محروم ہوگئی اور یہی نہیں بلکہ اس کے بعد فتنوں کا ایک نہ تھمنے والا سلسلہ بھی چل نکلا جس سے ساری اُمت کو دوچار ہونا پڑا۔

جیسا کے پیچھے ذکر ہوا کہ یہ انگوٹھی چاندی کی بنی ہوئی تھی اور اس پر محمد رسول اللہ نقش تھا (نگینے کی جگہ پر) اس جملہ (محمد رسول اللہ) کی ترتیب کے بارہ میں محدثین کی رائے دو قسم کی رہی ہے۔ بعض حضرات فرماتے ہیں کہ اس کی ترتیب یوں تھی پہلے محمد نقش تھا پھر اس کے نیچے رسول کا لفظ نقش تھا اور پھر سب سے نیچے لفظ اللہ نقش کیا ہوا تھا۔ مگر دوسرے حضرات اس کے برعکس فرماتے ہیں۔انہوں نے جو ترتیب ذکر فرمائی ہے وہ یہ ہے کہ سب سے اوپر لفظ اللہ اور اس کے بعد نیچے کی جانب لفظ رسول اور اس سے نیچے لفظ محمد نقش تھا۔ان دونوں اقوال میں سے آخرالذکر قول راجح ہے اور اس کی تائید اس بات سے بھی ہوتی ہے کہ استنبول کے عجائب گھر میں سرکار دو عالم ﷺ نے جو خط مقوقس کو لکھا تھا وہ محفوظ ہے اور اس پر مہر بھی واضح ہے۔ اس کی ترتیب یہی ہے۔ لہٰذا اب اس دوسرے قول میں کسی کو اختلاف نہیں ہے اور آج کل عام تصاویر میں بھی یہ ملتا ہے کہ پہلی سطر میں اللہ اور دوسری سطر میں رسول اور تیسری سطر میں محمد لکھا ہوا ہے۔

سرکار دو عالم ﷺ جو دوسری انگوٹھی پہنا کرتے تھے وہ بھی چاندی کی بنی ہوئی تھی جو کہ سرکار دو عالم ﷺ عام حالات میں پہنا کرتے تھے۔مگر اس کی بناوٹ کے بارے میں اختلاف ہے۔ بعض محدثین فرماتے ہیں کہ اس میں نگینہ عقیق پتھر کا بنا ہوا تھا جیسا کہ بعض روایات سے بھی معلوم ہوتا ہے جبکہ بعض محدثین کرام کی رائے یہ ہے کہ نگینہ بھی چاندی کا بنا ہوا تھا یعنی نگینہ کی جگہ پر بھی چاندی لگی ہوئی تھی اور بنانے والے کے بارے میں بھی اختلاف ہے کہ بعض حضرات فرماتے ہیں کہ حبشہ کے علاقے کی بنی ہوئی تھی جبکہ بعض محدثین فرماتے ہیں کہ کسی حبشی نے بنائی تھی۔ اختلاف رائے اپنی جگہ پر مگر یہ بات مسلّم ہے کہ سرکار دو عالم ﷺ نے صرف چاندی کی بنی ہوئی انگوٹھی پہنی ہے۔ حق تعالیٰ شانہ، ہمیں صحیح سمجھ عطا فرمائے اور اس سنت سے دل و جان سے پیار کرنے اور اخلاص کے ساتھ اس پر عمل کی توفیق عطا فرمائے (آمین)

ہر قسم کی بیماری کیلئے

(1) اٹھتے بیٹھتے، چلتے پھرتے، وضو، بے وضو "**یَاسَلَامُ**" کا ورد کرتے رہیں۔ ان شاء اللہ عزوجل ہر قسم کی بیماری اور مصیبت سے نجات اور روزی میں برکت ہوگی۔

(2) "**یَاسَلَامُ**" 33 بار پڑھ کر پانی پر دم کرکے ہر قسم کے مریض کو پلائیں اور اس پر دم بھی کریں۔ان شاء اللہ افاقہ ہوگا۔

(3) دائمی مریض ہر وقت "**یَامُعِیْدُ**" کا ورد کرتا رہے۔ان شاء اللہ عزوجل شفا حاصل ہوگی۔

(ہر قسم کا ورد کرتے وقت اوّل و آخر ایک بار درود شریف ضرور پڑھ لیا کریں۔ نماز کی پابندی لازمی ہے۔ایک بات ذہن نشین رکھیں کہ جسمانی بیماریاں سبب رحمت ہیں مگر گناہوں کی بیماری بہت بڑی آفت ہے۔ ورد شروع کرنے سے قبل کسی مستند عالم یا قاری صاحب کو سنا دیں۔ (عمل شروع کرنے سے قبل کچھ صدقہ کریں)۔

(علامہ مولانا محمد الیاس)

ایجنسی کے خواہشمند توجہ فرمائیں:

ملک بھر سے "ماہنامہ عبقری" کی ایجنسی حاصل کرنے کے خواہشمند اور موجودہ ایجنسی ہولڈر معاملات طے کرنے اور اپنی ڈیمانڈ کیلئے اس پتہ پر رابطہ فرمائیں:

حکیم صاحب کی تمام کتب ادارہ اشاعت الخیر پر دستیاب ہیں:

ادارہ اشاعت الخیر

اردو بازار۔ بیرون بوہڑ گیٹ، ملتان۔

فون: 061-4514929-0300-7301239

الرجی، دائمی نزلہ اور موسم سرما

ہماری موجودہ مصنوعی زندگی جس میں بند گھر، غیر روشن اور تاریک کمرے، کارپٹ، مصنوعی غذائیں، مشروبات اور پرفیوم وغیرہ الرجی کی چند ایک وجوہات ہیں۔ میرا تجربہ ہے دیہات سے زیادہ شہر میں الرجی کہیں زیادہ ہے، آخر آلودگی بھی تو اپنا اثر دکھاتی ہے۔

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

پاکستان کے بالائی علاقے خاص طور پر اسلام آباد اور اس سے اوپر کے تمام پہاڑی علاقوں میں توت کا درخت الرجی کا سبب ہے۔ حکومت اپنی تمام کوششوں کے باوجود اس درخت کو جڑ سے نہیں اکھاڑ سکی۔ ایک درخت کاٹنے کے بعد اور بہت سے درخت نمودار ہو جاتے ہیں۔ کیا الرجی کا یہی ایک سبب ہے؟ ہرگز نہیں بلکہ الرجی کے اسباب بے شمار ہیں۔ ہماری موجودہ مصنوعی زندگی جس میں بند گھر، غیر روشن اور تاریک کمرے، کارپٹ، مصنوعی غذائیں، مشروبات اور پرفیوم وغیرہ الرجی کی چند ایک وجوہات ہیں۔ میرا تجربہ ہے دیہات سے زیادہ شہر میں الرجی کہیں زیادہ ہے۔ آخر آلودگی بھی تو اپنا اثر کرتی ہے۔ اب سوچنے کی بات یہ ہے کہ آخر موسم سرما میں الرجی اور نزلہ کا علاج کیسے ممکن ہے اور وہ کونسے طریقے ہیں جن کو اپنا کر ہم الرجی اور نزلے سے بچ سکیں۔ یاد رکھیے ایسی غذائیں جو موسم سرما میں ان دو بیماریوں کا سبب بنتی ہیں ان سے ضرور بچا جائے۔ کھٹی، ٹھنڈی اور بادی چیزوں کا استعمال یقیناً ان مریضوں کیلئے بہت نقصان دہ ہے۔ دوران سفر ٹھنڈی ہوا، کسی تقریب میں ایسی غذاؤں کا استعمال جو آپ کے مرض میں اضافے کا ذریعے بنے، بالکل استعمال نہ کریں۔ اینٹی الرجی گولیاں کھا کر ہم مرض کو وقتی طور پر دبا دیتے ہیں لیکن یہ اندر ہی اندر بڑھتا اور پھیلتا رہتا ہے حتیٰ کہ بعض اوقات وہ اتنا بڑھ جاتا ہے کہ دمہ اور دائمی سانس کی تنگی، سانس کا پھولنا، نیند کی کمی، ٹینشن اور بے چینی کا ذریعہ بن جاتا ہے۔ بعض لوگوں کو اس سے دائمی کھانسی خشک یا بلغم کے ساتھ شروع ہو جاتی ہے۔ قارئین مرض دبائیں مت بلکہ اس کے اندر رہنے کی نسبت اس کا باہر نکلنا بہتر ہے۔ آج عالمی سطح پر جہاں صاف پانی کا فقدان ہے وہاں الرجی اور دائمی نزلہ بہت زیادہ ہے۔ وینس کے عظیم سائنس دان ولر اسمتھ کے بقول بعض بیماریوں کو بالکل معمولی سمجھ کر نظر انداز کر دیا جاتا ہے لیکن وہ امراض دراصل معمولی نہیں ہوتے بلکہ ان کے مابعد اثرات عام بیماریوں سے بھی کہیں زیادہ خطرناک ہوتے ہیں۔ ولر اسمتھ مزید کہتے ہیں کہ میری معالجانہ زندگی میں اکثر تجربات میں یہ بات بار بار آئی ہے کہ میں نے پھیپھڑوں، گلے، گلینڈز اور ناک کے کینسر کے مریضوں کی ستر فیصد وجہ دراصل الرجی اور دائمی نزلہ پائی ہے اور موسم سرما میں اس کا حملہ زیادہ ہوتا ہے۔ وہ اس لیے کہ مرطوب اور بھاری ہوا کی وجہ سے جراثیم کو مزید پھلنے پھولنے کا موقع ملتا ہے۔ دھوپ کی کمی، نمدار فضائیں ان جراثیموں کیلئے موزوں ترین جگہیں ہیں کیونکہ گرما کے موسم میں دھوپ اور تمازت تیز ہوتی ہے اس لیے جراثیم یا تو ختم ہو جاتے ہیں یا پھر انہیں بڑھنے کا موقع نہیں ملتا۔ آیئے یہ دیکھیں کہ ہم ان بیماریوں سے کیسے نجات حاصل کریں۔ ایک صاحب پرانی الرجی میں مبتلا تھے اور دائمی نزلہ اس کی ابتداء تھا میں نے انہیں مشورہ دیا کہ وہ چند قطرے روغن زیتون سوتے وقت ناک کے دونوں نتھنوں میں ڈالیں اور زور سے اوپر کھینچے۔ چند روز ایسا کرنے سے انہیں بہت فائدہ ہوا اور یہ ٹوٹکہ بار بار کا آزمودہ ہے۔ اگر آپ کسی پرانی الرجی اور الرجی کے دمے میں مبتلا ہیں یا پرانے نزلے، ناک کا مستقل بند ہونا، رات کو نیند میں اس کی وجہ سے خلل پڑنا جیسی بیماریوں میں مبتلا ہیں تو آپ اگر مندرجہ ذیل ترکیب آزمائیں تو انشاء اللہ زندگی بھر کیلئے یہ بیماریاں ختم ہو جائیں گی۔ ہاں مستقل مزاجی سے کچھ عرصہ ادویات استعمال ضرور کریں۔ جلد بازی ہرگز نہ کریں۔ اطریفل اسطخدوس کسی اچھے دواخانے کی بنی ہوئی ایک چمچ چھوٹا ایک گرم پانی کے کپ میں گھول لیں اور تھوڑا تھوڑا کر کے پی لیں۔ دن میں تین بار یا کم از کم 2 بار صبح وشام استعمال کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ پرانی الرجی اور پرانے نزلے کا اکسیری علاج ہے۔

ھوالشافی: پودینہ، خشک اجوائن دیسی، دونوں ہم وزن کوٹ کر سفوف تیار کریں اور آدھا چمچ دن میں تین بار پانی یا چائے کے ہمراہ استعمال کریں۔ کچھ عرصہ کے استعمال سے انشاء اللہ مرض بالکل ختم ہو جائے گا۔ اگر ٹھنڈ سے احتیاط اور مذکورہ بالا ادویات کچھ عرصہ مستقل استعمال کر لی جائیں تو موسم سرما میں یہ مرض بالکل بڑھ نہیں سکتا۔ انشاء اللہ۔

طب نبوی ﷺ کا موتی

ہر قسم کا نزلہ، بھوک نہ لگنا، قبض، بالوں کا قبل از وقت سفید ہونا، بدن کا ٹوٹتے رہنا، دل کی گھبراہٹ اور دل کے تمام امراض کیلئے مفید ہے۔

(پروفیسر شفقت رسول ہاشمی)

⊙ حضرت عبداللہ بن ام حرامؓ سے روایت ہے کہ میں نے نبی کریم ﷺ کو فرماتے ہوئے سنا کہ بس سنا اور جڑی بوٹی زیرہ استعمال کیا کرو اس لیے کہ ان دونوں میں سوائے سام کے ہر بیماری کیلئے شفاء ہے عرض کیا گیا کہ حضور ﷺ سام کیا ہے؟ آپ ﷺ نے فرمایا موت۔ (ابن ماجہ؛ طب نبوی از علامہ ابن القیم الجوزیؒ)

⊙ سنا کو عربی، فارسی زبان میں سناء مکی، بنگالی میں سونا مکی اور انگریزی میں Senna کہتے ہیں۔ یہ مصفیٰ خون، قتل دیدان، مسہل بلغم، اخلاط فاسدہ کو خارج کرنے کیلئے بہترین مسہل ہے۔ عرق النساء، نوبتی بخاروں، کمر درد اور ضیق النفس میں اس کا استعمال اکسیر ہے۔ کرم شکم کو ہلاک کر کے خارج کرتی ہے سادہ قولنج کو کھولتی ہے، دماغ کا تنقیہ کرتی ہے۔

⊙ قبض ایک ایسا مرض ہے، جس سے کئی امراض پیدا ہوتے ہیں۔ اگر اجابت بوقت معمول نہ آئے یعنی کبھی دوسرے، تیسرے روز آئے یا اوقات میں تبدیلی نہ ہو لیکن مقدار میں کم آئے گویا اجابت با فراغت نہ ہو تو ان دونوں صورتوں میں قبض ہی کہا جائیگا۔ آج کل بے شمار لوگ اس مرض میں مبتلا ہیں مگر لاپرواہی کرتے ہیں اسی وجہ سے انہیں طرح طرح کی بیماریاں چمٹی رہتی ہیں کیوں کہ قبض بقول اطباء فی الواقع ام الامراض یعنی بیماریوں کی ماں ہے۔ اس کی وجہ سے دردسر، نزلہ، زکام، نظر کی کمزوری، دل کی گھبراہٹ، بے چینی، بھوک کی کمی اور بواسیر جیسے امراض پیدا ہوتے ہیں۔ اس لیے ہم پر لازم ہے کہ اس مرض کو معمولی نہ سمجھتے ہوئے اس کا علاج کریں۔ ⊙ چائے کا زیادہ استعمال، سگریٹ نوشی، دماغی محنت کی زیادتی، دودھ گھی کا استعمال نہ کرنے کی وجہ سے انتڑیاں خشک ہو کر قبض کا باعث بنتی ہیں (کنز المجربات جلد اوّل، از حکیم محمد عبداللہؒ ص 151)

جوانی عود کر آئے، قبل از وقت پڑی جھریاں مٹ جائیں:

⊙ سنا کی پتیاں چن لیں اس میں پھلی یا اس کی ڈنڈیاں اور تنکے نہ آنے دیں اور ان کو حسب ضرورت لے کر چار گنا پانی ڈال کر ہلکی آگ پر پکائیں (بقیہ: صفحہ نمبر 36 پر)

یَاوَھَّابُ کاعمل اور رزق کاخزانہ

حضرت سلیمانؑ نے ایک مرتبہ مناجات کی اور پروردگار عالم سے پوچھا کہ اے پروردگار تجھ سے کس وسیلہ سے مانگوں تاکہ میری ہر دعا قبول ہو۔ جواب ملا ''یَـــاوھَّـــابُ'' کا وسیلہ اختیار کر جس کے ذریعے مانگنے والے کو ہم بے حساب عطا کرتے ہیں۔ (سیدہ عابدہ ادریس، نیوملتان)

حق تعالیٰ کا سولھواں صفاتی نام **"یَاوَھَّابُ"** ہے۔ یہ اسم جمالی ہے اور اس کے اعداد 14 ہیں۔ یہ اسم مبارک وہب اور ہبہ سے مشتق ہے اور اس کے معنی بخشنے اور عطا کرنے کے آتے ہیں۔ ایسی بخشش اور عطا کے جس کے پیچھے کوئی غرض نہ ہو۔ اللہ تعالیٰ اپنے بندوں کو بغیر کسی غرض سے عطا کرتا ہے۔ اس لیے بجا طور پر صرف وہی حقیقتاً **"یَـاوَھَّـابُ"** کہلانے کا حقدار ہے۔ اس اسم مبارک سے متصف ہونے کی صورت یہ ہےکہ وہ اپنی جان و مال کو بندہ خدا کی رضا حاصل کرنے کیلئے بے دریغ خرچ کرے اور بغیر کسی مفاد اور لالچ کے اللہ کے بندوں کی مدد کرے۔ جو ایسا کرے گا اللہ تعالیٰ اسے بے حساب رزق عطا فرمائے گا اور اسے کبھی محتاج نہ ہونے دے گا۔ علمائے کرام نے فرمایا ہے کہ جو شخص فقر و فاقہ میں مبتلا ہو تو اسے چاہیے کہ چاشت کی نماز کے آخری سجدے میں چالیس مرتبہ **"یَاوَھَّابُ"** پڑھے۔ اگر اس عمل کی پابندی کسی نے چالیس دن کر لی تو اللہ تعالیٰ اس کے فقر و فاقے کو دور کر دے گا۔ اکابرین نے فرمایا ہے کہ جو شخص صبح کی نماز کے بعد **"یَـاوَھَّـابُ"** کا تین سو مرتبہ درود کرے گا۔ اللہ تعالیٰ اس پر رزق کے دروازے کو کشادہ کر دے گا اور اسے اتنا عطا کرے گا کہ اس سے سمیٹا نہ جائے گا۔

بزرگوں نے فرمایا ہے کہ اگر کوئی شخص نصف شب کے بعد اپنے گھر کے صحن میں کھڑے ہو کر تین سو مرتبہ **"یَاوَھَّابُ"** پڑھے گا تو چند دنوں میں اس کی غربت رفع ہو جائے گی اگر کوئی شخص دن میں دس بجے وضو کر کے قبلہ رو کھڑے ہو کر (سورۃ العلق کی آیت نمبر 19) **"وَاسْجُدْ وَ اقْتَرِبْ"** پڑھے۔ پھر فوراً سجدے میں چلا جائے اور تین مرتبہ تسبیح پڑھنے کے بعد سات مرتبہ **"یَاوَھَّابُ"** پڑھے تو کچھ ہی دنوں میں اس کی مالی مشکلات ختم ہو جائیں گی۔

اکابرین کا معمول تھا جب انہیں کوئی حاجت درپیش ہوتی تو آدھی رات کے بعد وضو کر کے تین سجدے کرتے پھر ہاتھ اٹھا کر ایک سو مرتبہ **"یَاوَھَّابُ"** پڑھا کرتے۔ تین روز کے عمل سے حاجت پوری ہو جاتی تھی۔ آج بھی جو صاحبِ ایمان اپنے بزرگوں کی تقلید، ایمان و یقین کے ساتھ کرے گا تو انشاء اللہ نفع ہی پائے گا۔ جناب محدث دہلویؒ تحریر فرماتے ہیں کہ غریب آدمی اگر دن کو دس بجے وضو کرے پھر چار رکعت نماز بہ نیت قضائے حاجت ادا کرے۔ نماز سے فراغت کے بعد سجدے میں جائے اور ایک سو چار مرتبہ **"یَـــاوَھَّـــابُ"** پڑھے۔ ہر مہینے میں سات مرتبہ یہ عمل کر لیا کرے تو چند ماہ کے اندر اندر اس قدر رزق ملے گا کہ عقل حیران رہ جائے گی۔

منقول ہے کہ حضرت سلیمان علیہ السلام نے ایک مرتبہ مناجات کی اور پروردگار عالم سے پوچھا کہ اے پروردگار تجھ سے کس وسیلہ سے مانگوں تاکہ میری ہر دعا قبول ہو۔ جواب ملا اُس نام کا وسیلہ اختیار کر جس کے ذریعے مانگنے والے کو ہم بے حساب عطا کرتے ہیں۔ حضرت سلیمانؑ نے دریافت کیا کہ وہ کونسا نام ہے۔ اس پر حق تعالیٰ نے اپنا نام **"یَـــاوَھَّـــابُ"** بتایا۔ جناب سلیمانؑ پر یہ نام واضح ہوا تو آپ نے اس کا ورد اختیار کیا اور اس کی برکت سے آپ کو جن و انس کی بادشاہت عطا کی گئی۔ اگر چاشت کے نفلوں کے آخری سجدہ میں اس کو 14 بار پڑھے تو غنا، قبولیت اور ہیبت و بزرگی پیدا ہوگی۔

فالتو کتابیں، رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں، مخلوقِ خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخروئی ہو، مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل و کتب ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہونگی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرما دیں۔

نوٹ: درسی اور سلیبس کی کتابیں ارسال نہ کریں۔ (ایڈیٹر)

عبقری کی ادویات نے مجھے اعتماد دیا

(ماسٹر ہارون الرشید۔ آزاد کشمیر)

ہیئر آئل کے کرشمات:۔ طب نبوی ﷺ ہیئر آئل سر کی ہر قسم کی خشکی اور بال گرنے کے لیے نہایت مفید ہے۔ اس کے علاوہ جلد پر سفید داغ (چھائیاں) وغیرہ کو ختم کر دیتا ہے۔ میرا قریبی دوست انگلینڈ سے آیا۔ پہلے اس کے سر پر بال تھے اور بیرون ملک جا کر اس کے سر کے بال گرنا شروع ہو گئے۔ آہستہ آہستہ گنجا ہو گیا۔ میں نے اسے طب نبوی ﷺ ہیئر آئل استعمال کرنے کو دیا۔ اسے پہلے دن رزلٹ ملے اور بال گرنا بند ہو گئے۔ میں نے یہ آئل سو (100) سے زائد لوگوں پر آزمایا۔ ہر ایک سے مثبت جواب ملا اور آئندہ خوشی سے لے کر گیا۔ ہمارے علاقے میں زیادہ تر لوگ انگلینڈ گئے ہوئے ہیں، واپسی پر وہ لوگ طب نبوی ﷺ ہیئر آئل کو ساتھ لے جاتے ہیں۔ میرے علاقے کے لوگ گنجے اور جن کے بال گرتے ہوں ان کو میرے پاس بھیجتے ہیں اور میں عبقری سے طب نبوی ﷺ ہیئر آئل منگوا کر انہیں دے دیتا ہوں۔

ہیئر پاؤڈر:۔ ہیئر آئل کی طرح ہیئر پاؤڈر بھی اپنی مثال آپ ہے۔ یہ بھی سر کی خشکی اور خارش کو دور کرنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ اس کے علاوہ ہیئر پاؤڈر کو طب نبوی ﷺ آئل کے ساتھ چنبل، خارش، الرجی، جلد کے پرانے زخم، خارش کے پرانے زخم، شوگر کے پرانے زخم پر بھی لگانے سے فائدہ ہوتا ہے۔ ہمارے علاقے میں ایک آدمی ہیئر پاؤڈر کو کیپسول میں بھر کر لوگوں کو خارش اور الرجی کے لیے دیتا ہے۔

شفائے حیرت:۔ ایک شخص کو دمہ کی شکایت تھی اور وہ انہیلر استعمال کرتا تھا۔ اس کو صرف 3 شیشیاں شفائے حیرت کی استعمال کرائیں۔ ڈیڑھ ماہ کے بعد اس نے انہیلر لینا بند کر دیا تھا۔ ایک آدمی مستریوں کا کام کرتا تھا اس کو بھی سانس کا مسئلہ تھا شفائے حیرت کے استعمال سے اس کو بھی لاجواب فائدہ ہوا۔

طاقتی سے زندگی میں نئی بہاریں:۔ طاقتی کے لاجواب رزلٹ ہیں اس کی وضاحت لوگ نہیں بتاتے، شرماتے ہیں لیکن جو ایک دفعہ لے کر جاتا ہے۔ وہ بار بار لیتا ہے۔

جوہر شفائے مدینہ: جوہر شفائے مدینہ کے رزلٹ میں زیادہ تر لوگوں نے یہ کہا ہے کہ اس سے قبض نہیں ہوتی، معدے کا نظام درست رہتا ہے۔ ہوا، گیس کے لیے بھی لاجواب اور مفید ہے۔

عبقری 31 **ممسک:** تخم سردائی دو تولہ، ملٹھی ایک تولہ کا سفوف بنالیں۔ اس سفوف کی چار خوراکیں بنالیں ایک خوراک سونے سے ایک گھنٹہ قبل دودھ سے لے لیں پھر کوئی نمکین چیز نہ کھائیں۔

قارئین کی خصوصی تحریریں

قارئین آپ بھی بخل شکنی کریں۔ اپنے روحانی اور طبی مشاہدات لکھیں نیز عبقری کے آزمائے ہوئے تجربات سے قارئین کو ضرور مستفید کریں اور لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہو۔ نوک پلک ہم خود سنوار لیں گے۔

عبقری کے تحفے عبقری کے قارئین نام۔ نسخہ کیا ہے ہیروں کی مالا ہے۔ (ام ابوذر، بہاولنگر)

کمر مہروں اور گھٹنے کی تکلیف دور کرنے کا لاجواب علاج

اس نسخہ کے متعلق میں آپ کو بتانے جا رہی ہوں۔ وہ ماہنامہ عبقری کے جون 2007 کے شمارے میں صفحہ نمبر 4 پر درج ہے۔ راقمہ کو طویل عرصہ سے کندھوں میں خاص تکلیف تھی۔ تھوڑا سا کام کرتی تو کندھوں میں درد شروع ہو جاتی۔ لکھتی تو قلم ساتھ نہ دیتا، گردن تھک جاتی، یہی کیفیت گھٹنوں اور ٹانگوں کی تھی۔ چھت پر جانا دشوار ہوتا۔ ہر وقت میں سوچتی رہتی۔ ماہنامہ عبقری کے جون 2007 کے شمارے میں صفحہ نمبر 4 پر یہ نسخہ میری نظر سے گزرا۔ راقمہ نے یہ نسخہ پڑھا اور فوراً ہی پنسار کی دکان پر گئی۔ وہاں سے نسخہ خریدا اور آتے ہی اپنی ملازمہ کے سپرد کیا کہ یہ نسخہ کوٹ پیس کر تیار کر دو کیونکہ راقمہ کے کندھوں میں اتنا دم نہیں تھا کہ وہ نسخہ تیار کر سکتی۔

اسی دن نسخہ تیار کرا کر میں نے دی ہوئی ہدایات کے مطابق استعمال کرنا شروع کر دیا۔ پہلے تین ماہ مسلسل یہ والا نسخہ استعمال کیا۔ راقمہ کو اس قدر فائدہ ہوا کہ میں خود حیران ہو گئی اور آج الحمدللہ میں کئی کئی گھنٹے لگاتار اپنے ہاتھ سے کام کرتی ہوں اور کبھی بھی تکلیف محسوس نہیں ہوئی۔ اس کے علاوہ مطالعہ کرنا بھی آسان ہو گیا ہے۔ دوسری مرتبہ راقمہ نے نسخہ بنایا تو تین چیزوں کا اضافہ کیا پھر وہ نسخہ استعمال کیا تو اعصابی طاقت میں بے پناہ اضافہ محسوس ہوا۔ اب تو یہ کیفیت ہے کہ چھت پر چڑھنا آسان ہے جو پہلے انتہائی مشکل تھا۔ اب تو دونوں ہاتھ میں وزن لے کر چڑھ جاتی ہوں۔ زینہ پر جاتے ہوئے کبھی گرل پکڑ کے نہیں چڑھتی۔ پہلے اگر فرش پر بیٹھنا پڑ جاتا تو اٹھنا مشکل ہو جاتا تھا۔ اب تو یونہی بیٹھ جاتی ہوں اور تکلیف بھی محسوس نہیں ہوتی۔ گھٹنے بالکل ٹھیک ہو گئے ہیں۔ پھر مندرجہ ذیل نسخہ راقمہ نے ایک خاتون کو دیا۔ جس کی عمر 70 سال تھی۔ تین ماہ کے مسلسل استعمال کے بعد میرے پاس آئیں۔ پہلا جملہ انہوں نے کہا کہ بیٹی کونسا نسخہ دیا تھا میں تو بالکل تندرست ہو گئی ہوں۔ میں کون سی زبان سے تمہارا شکریہ ادا کروں۔ میں نہ کسی بہو، بیٹی اور پوتی کی محتاج ہوں بلکہ اٹھ کر اپنا ہر کام خود کر لیتی ہوں۔ نسخہ استعمال کرنے سے پہلے جب میں اپنی پوتیوں کو آواز دیتی تھی کسی کام کے کروانے کے واسطے تو وہ گھبرا جاتی تھیں کہ دادی اماں کا کام کرنا پڑے گا۔ اب ان کی محتاجی بالکل ختم ہو گئی ہے۔ پڑوس میں بھی اب اکیلی ہی چلی جاتی ہوں۔ راقمہ نے اس بوڑھی خاتون کو عبقری کا تعارف کروایا اور کہا کہ اللہ کا شکر ادا کرنے کے بعد یہ لکھا ہوا نسخہ لوگوں میں تقسیم کریں۔

ھوالشافی: گوند کیکر ایک پاؤ، گوند کتیرا ایک چھٹانگ۔ دونوں دواؤں کو پیس کر چنے کے برابر گولیاں بنا لیں۔ (پانی کی مدد سے) دن میں دو دو گولیاں گرم دودھ سے استعمال کریں۔

دوسری مرتبہ راقمہ نے نسخہ تیار کیا تو اس میں یہ اجزاء اور ترکیب تھی۔ **ھوالشافی:** گوند کیکر ایک پاؤ، گوند کتیرا ایک چھٹانگ، روغن زیتون ½ پاؤ، کلونجی ½ پاؤ، شہد ایک پاؤ۔

گوند کیکر، گوند کتیرا اور کلونجی کو باریک پیس کر اس میں روغن زیتون اور شہد شامل کر لیں۔ چائے سے صبح نہار منہ ½ چمچ اور شام کو بھی ½ چمچ چائے کے ساتھ لیں۔ اصل دوا تو گوند کیکر اور گوند کتیرا تھی لیکن ان تینوں دواؤں کے مزید اضافے سے نفع دوگنا ہو گیا۔ ان شاءاللہ اس نسخہ کے استعمال سے تمام سردی کبھی نزلہ اور سر درد نہیں ہوگا۔ یہ نسخہ کیا ہے ایک قیمتی مالا ہے۔ جس فرد نے بھی استعمال کر لیا وہ تاحیات محتاجی کا شکار نہیں ہوگا (انشاء اللہ)۔ اس نسخہ کے استعمال سے سر اور دماغ بہت مضبوط ہو جاتا ہے۔

خارش، ایگزیما اور سورائسز سے شفا بخشی

عبقری میں نایاب نسخے ہوتے ہیں۔ یہ نسخہ تو کمال درجے کا ہے۔ ذاتی تجربات اور دوسروں نے اس سے جو استفادہ حاصل کیا ہے۔ پہلے وہ پڑھئے۔

راقمہ کے پاؤں کی انگلیوں میں عرصے دراز سے انفیکشن تھا۔ ایسا خوفناک انفیکشن تھا کہ میں ہر وقت پریشان رہتی۔ مرہموں اور کریموں سے وقتی طور پر افاقہ ہوتا تھا۔ آہستہ آہستہ پاؤں کی انگلیوں میں سوراخ ہونا شروع ہو گئے۔ میں نے اس مرض کے متعلق ماہنامہ عبقری میں ایک نسخہ پڑھا۔ جس کی تفصیل آگے لکھی ہوئی ہے۔ پنسار کی دوکان سے نسخہ کے اجزاء خود خرید کر مرہم تیار کی اور لکھی ہوئی ہدایات کے مطابق اس مرہم کو استعمال کیا تو صرف دو دن میں افاقہ ہو گیا اور مزید چند دن استعمال کرنے کے بعد یہ مرض مستقل ختم ہو گئی۔ الحمدللہ اب آٹھ ماہ ہو چکے ہیں۔ راقمہ کو کبھی پاؤں کی انگلیوں میں تکلیف نہیں ہوئی۔ چاہے جتنی بار بھی وضو کروں۔ ایسا لاجواب نسخہ ہے۔ خود استعمال کریں اور دوسروں کو پہنچائیں۔ (2) ایک فورتھ ایر کی طالبہ کے چہرے پر کیل اور مہاسے بہت زیادہ تھے۔ وہ میرے پاس آئی۔ راقمہ نے ماہنامہ عبقری کے تعارف کے ساتھ نسخہ دیا۔ لگانے کا طریقہ بھی بتایا۔ چند دنوں کے بعد اس لڑکی کا مسرت بھرا فون آیا کہ میرے چہرے پر کیل، مہاسے ختم ہو گئے ہیں۔ جب یہ مرہم لگاتے ہیں تو اس دوا کا کلر ضرور جلد پر آجاتا ہے لیکن چار دن میں جلد بالکل صحیح ہو جاتی ہے۔ اور یہ دوا جسم کے کسی بھی حصے پر لگانے سے باریک چھلکا سا بن کے اتر جاتی ہے یہ دوا خاصی تیز ہے اگر چہرے پر لگائیں تو پہلے ویزلین لگائیں پھر یہ دوا لگالیں۔

اگر کہیں پر پھنسی ہے تو ایک باریک ماچس کی سینک سے صرف پھنسی پر بہت معمولی مقدار میں دوا لگالیں۔ زیادہ سے زیادہ بیس گھنٹے میں ٹھیک ہو جائے گی اگر چھوٹے بچوں کے پھنسی یا پھوڑا ہے یا زخم ہے یہ دوا بہت معمولی مقدار میں استعمال کریں۔ (3) راقمہ کو گرمی کے موسم میں الرجی ہو جاتی تھی پچھلے سال اپریل میں ہی یہ دوا لگالی تھی۔ گرمیوں میں الرجی نہیں ہوئی۔ گرمیوں کے موسم میں ایک دفعہ راقمہ نے یہی دوا لگائی دو دن میں دانے ختم ہو گئے۔

(4) اس دوا کی شفاء کا حیرت انگیز واقعہ لکھ رہی ہوں اور یہ سب کچھ سچ ہے۔ ہوا یوں کہ راقمہ کا کسی کے گھر جانا ہوا وہاں پر ایک پچھتر سالہ خاتون تھیں۔ یوں محسوس ہوتا تھا۔ انہیں کوئی شدید تکلیف ہے اور وہ بتانا نہیں چاہتی تھی۔ راقمہ کی فطرت کچھ ایسی ہے کہ کسی کو تکلیف میں دیکھ کر بے چین ہو جاتی ہے۔ ہمت کر کے معلوم کیا۔ خالہ جان آپ کو کیا پریشانی ہے انہوں نے جواب دیا بیٹی کیا بتاؤں۔ دو سال ہو گئے ہیں میرے پیٹ پر خارش ہوئی اور پھر زخم بن گیا ہے۔ میڈیسن استعمال کر رہی ہوں مگر افاقہ نہیں۔ اب یہ کیفیت ہے کہ یہ زخم آدھے پیٹ پر پھیل گیا ہے بلکہ ناف سے بھی نیچے چلا گیا ہے۔ ہر وقت پانی رستا ہے۔ تہہ در تہہ چھلکے نما کھال اترتی ہے اور زخم بلکہ اب تو ناسور ہی بن گیا ہے۔ اب میں ڈاکٹر کے پاس گئی تھی اس نے آپریشن کرنے کا کہا ہے۔ مجھے تو اس عمر میں اپنا حجاب کھولنے میں شرم آتی ہے۔ تکلیف اس قدر ہے کہ اٹھا بیٹھا نہیں جاتا۔ راقمہ نے انہیں تسلی دی اور تیار شدہ نسخہ دیا اور تاکید کر دی کہ آپ اس کو یقین اور اعتماد سے استعمال کریں۔ ان شاءاللہ شفا ہوگی۔

انہیں اپنے شہر واپس جانا تھا۔ راقمہ نے اپنا فون نمبر دیا اور گزارش کی کہ دوائی استعمال کے بعد مجھے آگاہ ضرور کرنا۔ دو تین ہفتے بعد ان کا فون آیا۔ اللہ کا شکر ہے کہ وہ نسخہ استعمال کرنے کے بعد میں بالکل ٹھیک ہوں۔

اسی طرح کسی سے ملنے گئی وہ تمام گھر والے پھوڑے، پھنسیوں کا شکار تھے۔ راقمہ نے انہیں تیار شدہ نسخہ دیا ان سب لوگوں گھر والوں نے استعمال کیا۔ صرف 72 گھنٹوں میں سب لوگ ٹھیک ہو چکے تھے۔ وہ نسخہ بھی یہی تھا۔

(5) کسی فنکشن میں میرا جانا ہوا۔ وہاں کچھ طالبات بھی آئی ہوئی تھیں۔ وہ بیچاری شرمندہ شرمندہ سی ایک سائیڈ پر الگ تھلگ بیٹھی تھیں۔ راقمہ کو بہت شاق گزرا۔ انہیں دیکھ کر مجھے معلوم ہو چکا تھا، مزید ان سے تفصیل جاننے کی ضرورت نہیں تھی کیونکہ ان کے معصوم چہروں پر بہت زیادہ مہاسے تھے۔ مہاسوں نے چہروں کو حد درجہ بدنما بنا دیا تھا۔ راقمہ ان سے ملی، انہیں تسلی دی۔ اپنے گھر کا پتا دیا اور کہہ دیا کہ آ کر نسخہ لے جائیں اور استعمال کریں۔ انہیں تو بے چینی سے انتظار تھا کہ کوئی ہمدرد انہیں مہاسوں کا نسخہ دے اور انہیں ان مہاسوں سے نجات ملے۔ وہ راقمہ سے تیار شدہ نسخہ لے گئیں اور میں نے طریقہ استعمال بھی سمجھا دیا۔ انہوں نے استعمال کیا۔ دو ہفتے میں ہی چہرہ شفاف اور خوبصورت نکل آیا۔ وہ بے حد شکر گزار تھیں۔ راقمہ نے کہا کہ عبقری کا شکریہ ادا کریں۔ اس کے علاوہ بھی راقمہ نے بہت سے لوگوں کو مندرجہ ذیل نسخہ استعمال کرایا۔ سب نے شفا پائی۔ مزید تفصیل اور حوالے کے لیے ماہنامہ عبقری نومبر 2007 صفحہ نمبر 17 ضرور پڑھیں۔ نسخہ یہ ہے۔ **ھوالشافی:** زنک آکسائیڈ 20 گرام

بورک ایسڈ 20 گرام
گندھک آملہ سار 10 گرام
سیلی سلک ایسڈ 20 گرام
کاربالک ایسڈ 5 گرام
سادہ ویزلین 200 گرام

ان تمام اشیا کو سوائے ویزلین کے کسی گرے اسٹیل کے برتن میں ڈالیں۔ دو گھنٹے کے بعد ویزلین 200 گرام ملایئے، خیال رکھیے کسی چمچ سے دواؤں کو خوب یکجا کریں۔ بغیر دستانوں کے ہاتھ کا استعمال نہ کریں ورنہ ہاتھ متاثر ہونے کا خطرہ ہے۔ دستانے پہن کر دوا کو برتن سے نکال کر کسی پلاسٹک کے جار میں محفوظ کر لیں۔ یہ تمام اشیا کسی اچھے حکیم سے مل جائیں گی۔

موٹاپا ایسے دور ہوا جیسے پانی سے پیاس

ایک صاحب موٹاپے کے علاج میں بہت مشہور تھے۔ لوگ دور دور سے ان سے دوا لینے آتے۔ جو بھی شخص دوا لے جاتا اس کو یقینی فائدہ ہوتا حتیٰ کہ عالم یہ ہوا کہ ان سے دوا پوری ہی نہ ہوتی، اکثر لوگ واپس چلے جاتے۔ ایک نیک دل حکیم نے ان سے عرض کیا یہ نسخہ میں آپ کو بنوا دیتا ہوں لیکن اس نے انکار کر دیا کہیں وہ نسخہ ان کے ہاتھ نہ آ جائے۔ لیکن حکیم صاحب مخلص انسان تھے، وہ تعاقب میں لگے رہے۔ آخر وہ نسخہ ان کے ہاتھ کسی طرح لگ گیا۔ انہوں نے آزمایا واقعی مفید پایا۔ پھر یہ لاجواب تحفہ بندہ کو دیا۔ آج وہ تحفہ قارئین کی خدمت میں پیش خدمت ہے۔ راقمہ کا ذاتی تجربہ ہے کہ تیسری خوراک کے بعد موٹاپا کم ہونا شروع ہو گیا۔ فورتھ ائیر کی دو طالبات جو موٹاپے کی وجہ سے بہت پریشان تھیں اور ان کی ٹانگوں میں بے حد درد رہتا تھا۔ انہوں نے یہ نسخہ استعمال کیا۔ صرف ایک ماہ کے بعد وہ طالبات بے حد سمارٹ ہو گئیں۔ بلکہ ان کی ٹانگوں اور سر کا درد بھی ٹھیک ہو گیا۔ اس لاجواب نسخے کی جتنی بھی تعریف کی جائے کم ہے۔ جو اشیاء وزن کے لحاظ سے راقمہ نے لے کر نسخہ بنایا تھا۔ قارئین حسب ضرورت بناتے رہیں۔

ھوالشافی: میتھی دانہ (میتھرے) جو اچار میں ڈالتے ہیں ایک پاؤ، کلونجی ایک پاؤ، سبز چائے ایک پاؤ، چھلکا اسپغول ایک پاؤ، چاروں اشیاء کو باریک پیس لیں۔ استعمال دن میں 4 مرتبہ آدھی چمچی پانی کے ساتھ۔ یقین اور اعتماد کے ساتھ مستقل استعمال کریں۔ مزید تفصیل کے لیے ماہنامہ عبقری جون 2008 صفحہ نمبر 6 ضرور پڑھیں۔

نظر بد دور کرنے کا مجرب عمل (محمد ساجد اللہ سیفی)

مکرمی و محترمی جناب طارق محمود صاحب السلام علیکم! جناب والا نظر بد دور کرنے کا ایک عمل بھیج رہا ہوں۔ امید ہے عبقری کے قارئین کو اس سے ضرور فائدہ ہوگا۔ یہ عمل میرے معمولات میں شامل ہے اور کسی قسم کے شک و شبہ سے مبرا ہے۔

سب سے پہلے اس آیت مبارکہ **"وَمَآ اَنْفَقْتُمْ مِّنْ نَّفَقَةٍ اَوْنَذَرْتُمْ مِّنْ نَّذْرٍ فَاِنَّ اللّٰهَ يَعْلَمُهٗ ط وَمَا لِلظّٰلِمِيْنَ مِنْ اَنْصَارٍ ط"** (سورۂ بقرہ آیت نمبر 270) کی زکوۃ 11 دن تک ادا کریں اور یہ عمل نوچندی جمعرات کو شروع کریں۔ 313 مرتبہ ہر روز مندرجہ بالا آیت، اول آخر 11 مرتبہ درود شریف گیارہ دن تک مسلسل پڑھیں۔ گیارہ دن کی پڑھائی مکمل کرنے کے بعد یہ عمل کام کرنے لگ جائے گا۔ اس کے بعد گیارہ گیارہ مرتبہ پڑھ کر دم بھی کر سکتے ہیں اور تعویذ بھی بنا کر دے سکتے ہیں۔ نظر خواہ کتنی شدید کیوں نہ ہو فوری اثر کرنے والا عمل ہے۔

نوٹ: گیارہ دن پڑھائی کر کے اس کا ثواب مسلمین، مسلمات، مومنین مومنات اہل بیتؓ، صحابہ کرامؓ اور پوری امت مسلمہ کو بخش دیں اور کچھ مٹھائی بچوں میں تقسیم کر کے دعا کریں۔

نظر بد دور کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ مریض کے قد کے برابر 7 عدد دھاگے ناپ لیں اور اس کے بعد 7 مرتبہ مندرجہ بالا آیت مبارکہ پڑھ کر دھاگہ کو سات گانٹھیں لگائیں۔ ہر گانٹھ پر مندرجہ بالا آیت 7 مرتبہ پڑھ کر دم کریں۔ اسکے بعد دھاگے کو پلاسٹک میں بند کر کے موچی سے چمڑے میں بند کروا کر مریض کے گلے میں پہننے کے لیے دے دیں۔ ان شاء اللہ جب تک تعویذ مریض کے گلے میں رہے گا دوبارہ مریض کو کسی قسم کی نظر نہیں لگے گی۔ یہ عمل نظر بد کے لیے انتہائی مجرب المجرب ہے صرف ایک مرتبہ آزما کر دیکھ لیں۔

کالے، پیلے اور سفید یرقان کا قرآنی علاج (محمد ساجد اللہ سیفی)

یرقان سے چھٹکارا کے لیے بندہ کا بہت زیادہ آزمایا ہوا عمل عبقری کے قارئین کی خدمت میں پیش ہے۔ پہلے اس عمل کو قابو کرنے کا طریقہ سیکھ لیں، اس کے بعد یہ عمل آپ کے قابو میں آ جائے گا۔ اس عمل کی زکوۃ یہ ہے کہ نوچندی جمعرات سے 11 دن مسلسل 313 مرتبہ بعد از نماز مغرب یا عشاء 313 مرتبہ سورۂ فاتحہ بسم اللہ کے ساتھ پڑھنی ہے۔ درود شریف اول آخر 11 دفعہ ہر روز پڑھنا ہے۔ آخری دن اس تمام پڑھائی کا ثواب جملہ انبیاء علیہ السلام، تمام صحابہ اکرامؓ، پیر و مرشد اور تمام امت مسلمہ کو ایصال ثواب کریں پھر دعا مانگ کر عمل ختم کرنا ہے۔ اس کے بعد یہ والا عمل آپ کے قابو میں آ جائے گا۔

سفید اون جس سے سویٹر وغیرہ بنتے ہیں۔ اس کے تین عدد دھاگے لے کر مریض کے قد سے ناپ کر (پاؤں کے انگوٹھے تک ناپنا ہے) ناپنے کے بعد دھاگوں کے دونوں طرف کے سرے آپس میں جوڑ کر یعنی ڈبل کر کے سات گانٹھیں لگانی ہیں۔ ہر گانٹھ پر 6 مرتبہ سورۂ فاتحہ پڑھنی ہے۔ 6 مرتبہ پڑھ کر ایک گانٹھ لگا دیں۔ اس طرح سات عدد گانٹھیں لگانی ہیں۔ پھر وہ دھاگا مریض کے گلے میں ڈال دیں۔ **پرہیز:** اگر مریض کو بخار ہے تو پرہیز کوئی نہیں ہاں اگر مریض کو یرقان کسی بھی قسم کا ہے تو چکنی چپڑی اشیاء اور گرم چیزوں سے بھی پرہیز کروانا لازمی ہے۔ مریض اگر پرہیز نہیں کرے گا تو موت واقع ہو جائے گی۔ یہ دم فی سبیل اللہ کرنا ہے لیکن مریض کو چاہیے کہ دھاگہ استعمال کرنے سے پہلے 111 روپے غریبوں میں تقسیم کر دے تو بہت بہتر ہے۔

دانت اور ڈاڑھ درد کا علاج / معجزاتی کلام، معجزاتی نتائج

قرآنی کمالات سے لاعلمی اور دوری ہے آیئے ہم آپ کو قرآنی شفا سے روشناس کرائیں تاکہ آپ کی مایوس کر دینے والی مشکلات فوری دور ہوں یقین جانیئے ان آزمودہ قرآنی شفاؤں کو آزما کر خودکشی تک پہنچنے والے خوشحالی کی زندگی ہنسی خوشی بسر کر رہے ہیں۔ قارئین! انشاءاللہ آپ عبقری کے صفحات میں سورۃ البقرۃ سے لے کر سورۃ الناس تک کے روحانی وظائف و عملیات ملاحظہ فرمائیں۔

کالی دنیا کالے عامل اور ازلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآنی طاقت کا کمال

قرآن مجید کے آسان طریقے اور تجربات عبقری کے قارئین کی خدمت میں پیش کرنے کی سعادت حاصل کر رہا ہوں۔ اللہ پاک اس کوشش کو قبول فرما کر ہدایت کا ذریعہ بنائے (آمین) (حافظ محمد رضوان ولد ظہور علی، ملتان)

دانت اور داڑھ درد کا علاج

کسی کے دانتوں میں درد ہو، گرم ٹھنڈا لگتا ہو یا عقل ڈاڑھ نکلنے کی تکلیف ہو بعض لوگ اس کے نکلنے کے دوران تکلیف کی شدت برداشت سے باہر ہونے کی بنا پر نکلوا دیتے ہیں۔ میرا بھائی مجھ سے 2 سال بڑا ہے اس کے دانتوں میں تکلیف رہتی تھی۔ جب وہ 20 سال کی عمر میں تھا تو وہ ہر وقت اوپر بیان کردہ تکالیف کی امی سے شکایت کرتا اور ڈاکٹر سے علاج کرواتا۔ یہاں تک اب وہ دانتوں کی فلنگ بھی کروا چکا ہے جبکہ میں نے کلام اللہ کا سہارا لیا۔ نہ تو دانتوں میں تکلیف رہی نہ ہی ٹھنڈا و گرم لگتا ہے۔ نہ ہی (عقل ڈاڑھ) نکلنے کی تکلیف محسوس کی ہے۔ میں نے درج ذیل طریقہ کو آزمایا ہے جو کہ بہت فائدہ مند ثابت ہوا ہے۔ اپنے جاننے والوں کو بھی بتایا ہے۔

(1) جب بھی دانتوں میں درد ہوا میں نے حضور ﷺ کی فرمائی ہوئی دعا پڑھی جو کہ درج ذیل ہے۔

" اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِيْنَ عَلٰى كُلِّ حَالٍ مَّا كَانَ " 3 مرتبہ اس دعا کو پڑھیں اور جس دانت یا ڈاڑھ میں درد ہو اس پر دم کر دیں۔

(2) عشاء کی نماز کے بعد جب وتر پڑھنے کیلئے کھڑے ہوں تو یہ تین سورتیں بالترتیب پڑھیں۔ سورۃ النصر، سورۃ اللہب، سورۃ اخلاص۔ سورتیں پڑھنے کا طریقہ یہ ہے۔

(i) پہلی رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد سورۃ النصر، (ii) دوسری رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد سورۃ اللہب، (iii) تیسری رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد سورۃ اخلاص پڑھیں اور وتر کی نماز اسی ترتیب قرأت سے مکمل کریں۔ اس عمل کی مدت کچھ خاص نہیں ہے۔ جب آرام آجائے تو پھر چاہے پڑھیں یا نہ پڑھیں۔ بہتر یہی ہے کہ اسے اپنی روزمرہ وتر کی نماز کا حصہ بنا لیں۔ یہ میرا تجربہ ہے اور میں نے آزمایا ہے۔ قارئین! آپ بھی آزمائیں اور دعا دیں۔ یقین کامل شرط ہے، شک، وہم و گمان والے اس سے فائدہ کبھی نہیں اٹھا سکتے۔ شک بڑی سے بڑی کامیابی کو اندھیروں میں دھکیل دیتا ہے۔ کلام اللہ شک و شبہ سے پاک ہے۔

معجزاتی کلام، معجزاتی نتائج

جب مشکلات گھیر لیں، مصیبتیں جکڑ لیں، اندھیرا چھا جائے اور کچھ بھی سمجھ میں نہ آئے کہ کیا کیا جائے؟ گھبرانے کی ضرورت نہیں۔ مشکلات کا ڈٹ کر مقابلہ کیا جائے۔ ایک اور تجرباتی اور آزمودہ کلام الٰہی کا (نسخہ عمل) برائے پریشان حال اور مشکلات میں پھنسے ہوئے انسانوں کو نکالنے کیلئے حاضر خدمت ہے۔

یہ آج سے تقریباً آٹھ برس پہلے کی بات ہے۔ ایک دن میرے حفاظ کرام دوست مسجد سے نکل رہے تھے۔ عصر کی نماز کے بعد کا وقت تھا۔ وہ کچھ سورتوں کے بارے میں آپس میں پوچھ گچھ کر رہے تھے تو میں نے بھی ان سے پوچھا اور انہوں نے مجھے ترتیب بتائی اور ساتھ یہ بھی بتایا کہ ہمارے قاری صاحب نے ایسے ہی بتایا ہے اور ایسے ہی پڑھنا ہے۔ ان دنوں ہماری گھریلو مالی حالات بہت خراب تھے۔ والد صاحب سرکاری ملازم تھے اور اب بھی ہیں۔ ان کا تبادلہ دوسرے شہر میں ہوا تھا۔ بس اللہ ہی بہتر جانتا ہے حالات کچھ ایسے تھے کہ بیان کرنے کے قابل نہیں ہیں۔ پھر میں نے اسی ترتیب سے پڑھنا شروع کیا۔ پہلے ہی دن میں نے کافی فرق محسوس کیا۔ (بقیہ: صفحہ نمبر 37 پر)

کسی کے دل میں اپنی محبت پیدا کرنے کیلئے

وَاَلْقَيْتُ عَلَيْكَ مَحَبَّةً مِّنِّيْ وَلِتُصْنَعَ عَلٰى عَيْنِيْ ۝

(سورۂ طٰہٰ آیت نمبر 39) ہر نماز کے بعد 21 بار پڑھیں، ذاتی مجرب ہے۔ (فرقان دانش، رحیم یار خان)

(بقیہ: طب نبوی ﷺ کا موتی)

کہ پانی اس میں جذب ہو جائے۔ اس وقت نکال کر گھوٹنا شروع کر دیں اور گولیوں کے قوام پر آنے کے بعد دو، دو رتی کی گولیاں بنا لیں۔ ایک ایک گولی صبح و شام کسی بھی چیز سے لیں، اس سے قبل از وقت پڑی ہوئی جھریاں مٹ جاتی ہیں اور قبل از وقت آیا ہو بڑھاپا دور ہو کر جوانی عود کر آتی ہے۔ (کنز المجربات جلد اوّل، از حکیم محمد عبداللہؒ، ج 3 ص 342)

پیٹ کے تمام امراض، ہر قسم کا نزلہ، قبض، بدن کا ٹوٹتے رہنا، قبل از وقت بالوں کا سفید ہونا، دل کی گھبراہٹ اور دل کے تمام امراض کیلئے

⊙ حکیم محمد عبداللہؒ فرماتے ہیں کہ یہ نسخہ مجھے چند سال پہلے میرے دوست حکیم محمد اکرم سرانی نے دیا اور انہوں نے اپنے ایک دوست کا ذکر کیا کہ جن کی عمر سو سال سے زیادہ ہے۔ وہ اس عمر میں بھی ایک تندرست جوان کی طرح سرخ و سفید ہیں۔ ابھی تک کوئی جھری ان کے بدن پر نظر نہیں آتی۔ ان سے دریافت کرنے پر انہوں نے بتایا کہ وہ حکیم اجمل خان مرحوم کا ایک نسخہ باقاعدگی سے استعمال کرتے چلے آرہے ہیں اور یہ بفضلہ تعالیٰ اسی کا نتیجہ ہے کہ صحت قابل رشک ہے، وہ نسخہ یہ ہے، سنا کی پتیوں کا سفوف، گلاب کے پھول کی پتیوں کا سفوف، شہد خالص ہم وزن، تمام ادویات کو خوب کھرل کر کے جنگلی بیر کے برابر گولیاں بنا لیں اور اللہ کا نام لے کر صبح و شام ایک ایک گولی تازہ پانی سے لیں اور ہر ماہ بائیس دن استعمال کرنے کے بعد 8 روز ناغہ کریں، پیٹ کی تمام بیماریوں کیلئے اکسیر ہے۔ ہر قسم کا نزلہ، بھوک نہ لگنا، قبض، بالوں کا قبل از وقت سفید ہونا، بدن کا ٹوٹتے رہنا، دل کی گھبراہٹ اور دل کے تمام امراض کیلئے مفید ہے۔ (مایوسی، ٹینشن، بلڈ پریشر Low اور High دونوں کیلئے فائدہ رساں، غصہ کی زیادتی کو کم کرنے کیلئے اور برے خوابات سے محفوظ رہنے کیلئے، جریان و احتلام، لیکوریا میں بھی اکسیر ہے) (کنز المجربات از حکیم محمد عبداللہؒ، ج 3 ص 263)

خمیرہ قبض کشا

⊙ گل سرخ ایک پاؤ، سنا ایک پاؤ، ایک سیر پانی میں رات کو بھگو دیں صبح کو جوش دیں، ڈیڑھ پاؤ پانی رہنے پر اتار لیں اور ڈیڑھ سیر مصری شامل کر کے خمیرہ تیار کر لیں۔ ایک تولہ رات کو قبض کشائی کیلئے استعمال کریں، اکسیر ہے۔ (کنز المجربات از حکیم محمد عبداللہؒ، ج 3 ص 121)

بقیہ: (جادو سے پیشگی حفاظت کا قرآنی عمل)

سنتا رہا اور یہ کہہ کر اس نے اپنے دوستوں کو اطمینان دلایا کہ میری طرح اگر تم بھی ان اوراد و اذکار کی پابندی کرو جو حدیث شریف میں بتائے گئے ہیں تو تم کو بھی اللہ اس طرح کے عمل کے منفی اثرات سے انشاءاللہ محفوظ رکھے گا۔ جب دوستوں نے اس کی تفصیل جاننی چاہی تو اس نے بتایا کہ بچپن میں ایک دفعہ مدرسہ میں حضرت مولانا شاہ ابرارالحق صاحب مدظلہ العالی کی زبان سے سنا تھا کہ حدیث میں آیا ہے کہ جو مسلمان صبح و شام تین تین مرتبہ سورۂ اخلاص، سورۂ فلق اور سورۂ الناس پڑھ کر اپنے اوپر دم کرتا ہے، اللہ اس کو سحر کے اثرات سے محفوظ رکھتے ہیں۔ ابراہیم نے بتایا کہ مولانا کی اس نصیحت کے بعد اب تک اس کا پابندی سے تین قل صبح و شام پڑھنے کا برابر معمول ہے۔ جب اللہ کی توفیق سے میں اس کی پابندی کر رہا ہوں تو مجھے نہ کسی کا خوف ہے اور نہ کسی سحر و جادو کا اندیشہ۔ مولانا نے ان دو آخری سورتوں کا شان نزول بیان کرتے ہوئے فرمایا تھا کہ اللہ کے رسول ﷺ پر بعض یہودیوں نے سحر کیا تھا اور آپ ﷺ پر اس کا اثر بھی ظاہر ہو گیا تھا۔ اسی کے توڑ کیلئے اس موقع پر یہ سورتیں معوذتین نازل ہوئی تھیں اور اس کی تلاوت سے آپ ﷺ پر ہونے والا سحر کا اثر زائل ہو گیا تھا۔

عبقری 31 **دماغ کی کمزوری:** سات عدد منقی بیج دور کر کے رات کو آدھا پاؤ دودھ میں بھگو دیں، صبح نہار منہ دودھ اور منقی کھا لیں ایک ہفتہ مستقل استعمال کریں۔ پھر وقفہ وقفہ سے استعمال کریں۔

(بقیہ:محرم الحرام ادب کا مہینہ)

ترجمہ: اے اللہ تو ایسا ہے جس کی نہ ابتداء ہے نہ انتہا۔ یہ نیا برس ہے۔ میں تجھ سے سوال کرتا ہوں اس برس میں شیطان مردود سے حفاظت کا اور ہر ظالم بادشاہ سے اور ہر شریر کے شر سے اور بلاؤں اور آفتوں سے امان کا اور میں سوال کرتا ہوں تجھ سے برائی کا حکم دینے والے اس نفس کے خلاف عدل اور مدد کا اور ان اعمال میں مشغول ہونے کا جو تیری طرف مجھے قریب کردیں۔ اے بھلائی کرنے والے، اے شفیق، اے رحیم، اے جلال و بزرگی والے، اللہ پاک اس نماز اور دعا کے پڑھنے والے کے تمام گناہ معاف فرمائے گا اور انشاء اللہ تعالیٰ وہ دنیا سے باایمان اٹھے گا۔

نفل نماز شب عاشورہ :

عاشورہ کی شب بعد نماز عشاء چار رکعت نماز دو سلام سے پڑھے۔ ہر رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے آیت الکرسی تین دفعہ، سورۂ اخلاص دس دفعہ پڑھے۔ بعد سلام کے سورۂ اخلاص ایک سو مرتبہ پڑھ کر اپنے گناہوں کی توبہ کرے اور اللہ پاک سے بخشش طلب کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ خداوند کریم اپنی رحمت کاملہ سے اس نماز کے پڑھنے والوں کے تمام گناہ معاف فرمائیں گے۔ شب عاشورہ، بعد نماز عشاء آٹھ رکعت نماز چار سلام سے پڑھے اور ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص پچیس پچیس مرتبہ پڑھے پھر بعد سلام کے درود پاک ستر مرتبہ۔ استغفار ستر دفعہ پڑھ کر دعائے مغفرت کرے۔ اللہ رب العزت اس نماز پڑھنے والوں کی قبر کو روشن کرکے عذاب قبر سے محفوظ رکھے گا اور بروز حشر اسے مغفرت عطا ہوگی۔ (انشاء اللہ تعالیٰ) شب عاشورہ عشاء کی نماز کے بعد چار رکعت نماز دو سلام سے پڑھے ہر رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے سورۂ اخلاص پانچ پانچ مرتبہ پڑھے۔ یہ نماز واسطے بخشش گناہ کیلئے افضل ہے۔ پروردگار عالم اس نماز پڑھنے والے کے تمام گناہ معاف فرما کر مغفرت فرمائے گا۔ (انشاء اللہ تعالیٰ) عاشورہ کی شب نماز عشاء کے بعد چار رکعت نماز دو سلام سے پڑھے اور بعد سورۂ فاتحہ کے ہر رکعت میں آیۃ الکرسی تین تین دفعہ سورۂ اخلاص تین تین مرتبہ پڑھے۔ بعد سلام کے سورۂ اخلاص ایک سو مرتبہ پڑھے۔

انشاء اللہ تعالیٰ اللہ پاک اس نماز کے پڑھنے والے کو بہشت میں ہر قسم کی نعمت عطا فرمائے گا۔ عاشورہ کے دن چار رکعت نماز ظہر سے پہلے پڑھے۔ ہر رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے سورۂ زلزال ایک بار، سورۂ کافرون ایک بار، سورۂ اخلاص ایک بار۔ بعد سلام کے ستر مرتبہ درود پاک پڑھ کر اپنے گناہوں سے توبہ کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ خداوند قدوس اس نماز کے پڑھنے والے کے تمام گناہ معاف فرما کر مغفرت فرمائے گا۔ یوم عاشورہ نماز ظہر سے پہلے چھ رکعت نماز تین سلام کے ساتھ اس ترکیب سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پہلی رکعت میں سورۂ شمس ایک بار، دوسری میں سورۂ قدر ایک بار، تیسری میں سورۂ زلزال ایک بار، چوتھی میں سورۂ اخلاص ایک بار، پانچویں میں سورۂ فلق ایک بار، چھٹی میں سورۂ الناس ایک بار پڑھے۔ بعد سلام کے سر سجدہ میں رکھ کر سورۂ کافرون ایک مرتبہ پڑھ کر جس مراد کیلئے دعا کریں انشاء اللہ تعالیٰ دربار خداوندی میں قبول ہوگی۔

نفل روزہ:

محرم الحرام میں روزہ رکھنے کی بہت فضیلت ہے۔ پہلی تاریخ سے دس تاریخ تک روزہ رکھے یا پہلی تاریخ کا اور نویں دسویں کا روزہ رکھنا افضل ہے۔

وظائف:

محرم کی پہلی شب سے شب عاشورہ تک روزانہ بعد نماز عشاء ایک سو مرتبہ پہلا کلمہ توحید پڑھنا واسطے بخشش گناہ کے بہت افضل ہے۔ پہلی شب محرم الحرام سے شب عاشورہ تک بعد نماز عشاء اوّل آخر معہ درود شریف کے ایک سو دفعہ یہ دعا بھی پڑھنی افضل ہے۔

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ ○ اَللّٰهُمَّ لَا مَانِعَ لِمَا اَعْطَيْتَ وَلَا مُعْطِيَ لِمَا مَنَعْتَ وَلَا رَآدَّ لِمَا قَضَيْتَ وَلَا يَنْفَعُ ذَاالْجَدِّ مِنْكَ الْجَدُّ.

یوم عاشورہ کو کسی وقت باوضو ہو کر ستر مرتبہ پڑھے: **حَسْبِيَ اللّٰهُ وَ نِعْمَ الْوَكِيْلُ** ط مغفرت گناہ کیلئے یہ وظیفہ پڑھنا بھی بہت افضل ہے۔

(بقیہ: ازدواجی زندگی کے دس سنہری اصول)

کہ ایک دوسرے کو ہر بات سے آگاہ رکھا جائے تاکہ رشتے میں مضبوطی و اعتماد آئے۔ جس طرح بیویوں کیلئے کچھ باتیں اہم ہیں، اسی طرح شوہروں کو بھی چند باتوں کا خیال رکھنا چاہیے، (6) ماں، بہن اور بیوی کو ان کے رشتے کے لحاظ سے احترام و عزت دیں۔ کسی ایک فریق کی بات سن کر دوسرے کو بے عزت کبھی نہ کریں، بلکہ پوری بات جان کر انصاف سے کام لیں لیکن ہر حال میں احتیاط کا دامن تھامے رکھیں۔ (7) بیوی کی خدمات کو سراہیں۔ اس کے کیے گئے کاموں کی تعریف کریں۔ ہر وقت نقص نہ نکالتے رہیں۔ غلطی ہو جانے پر بھی اس کو آرام سے سمجھائیں کہ ”پیار سے تو سنگ دل کو بھی رام کیا جا سکتا ہے“ تو پھر بیوی تو بیوی ہے، آپ کی مونس و ہمدرد۔ آپ سے محبت کرنے والی، آپ کے نام پر ہزار رشتے چھوڑ کر چلی آنے والی۔

(8) اپنے لہجے کو نرم بنائیں۔ آپ کا شیریں لہجہ بیوی کے دل میں آپ کیلئے محبت پیدا کرنے کا ذریعہ بنے گا۔ ہو سکے تو مسکرا کر بات کریں۔ چہرے پر تناؤ کی کیفیت مت رکھیں اور خود کو زیادہ تر پرسکون رکھنے کی کوشش کریں (9) بیوی پر بلاوجہ تنقید مت کریں۔ ہر معاملے میں خود کو اس سے بہتر تصور نہ کریں۔ ہو سکتا ہے کچھ باتیں وہ آپ سے بہتر سمجھتی ہو۔ اس سے ہر بات شیئر کریں کیوں کہ بیوی آپ کی صرف شریک حیات ہی نہیں، بہت اچھی دوست بھی ہوتی ہے۔ آپ کے ہر دکھ سکھ کو اپنے دل میں محسوس کرتی ہے۔ ناسازگار حالات میں بھی وہ جس طرح ساتھ دیتی اور حوصلہ افزائی کرتی ہے، ایسا اور کوئی نہیں کر سکتا۔ اس لیے اپنی بیوی کی قدر کیجئے اور اسے ہمیشہ عزت کی نگاہ سے دیکھئے۔ (10) ہفتے میں کم از کم ایک بار بیوی بچوں کو کہیں باہر سیر و تفریح کیلئے ضرور لے کر جائیں۔ اس طرح گھریلو ماحول پر بہت خوشگوار اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ ذہنی سکون اور خوشی بھی حاصل ہوتی ہے اور بیوی بچوں سے محبت و دوستی کی فضا بھی قائم ہوتی ہے۔ نیز، ایک دوسرے کو سمجھنے کا موقع ملتا ہے۔ ایک دوسرے سے بہت زیادہ توقعات وابستہ کر لی جائیں تو عمر گزر جاتی ہے، توقعات پوری نہیں ہوتیں۔ اس لیے زیادہ نہیں، چند ایک چھوٹی چھوٹی باتوں ہی کا خیال رکھ لیا جائے تو چھوٹا سا گھر ہنستی مسکراتی، جیتی جاگتی جنت کا نمونہ بن جائیگا۔

(بقیہ: معالج کچنار کی خوبیاں)

ہوتا ہے اس کی چھال کے رس میں کافور یا زیرہ ملا کر استعمال کرنے سے جگر کی گرمی رفع ہوتی ہے۔ (15) کچنار کی سوکھی پھلیوں کا سفوف نو ماشہ سے ایک تولہ تک کھانے سے آؤں کے دست فوراً بند ہو جاتے ہیں۔

احتیاط: کچنار دیر ہضم بھی ہے۔ پیٹ میں اپھارہ پیدا کرتی ہے۔ قابض ہے۔ اسے ادرک اور گرم مصالحے کے بغیر ہرگز استعمال نہیں کرنا چاہیے۔

(بقیہ: جنگ کے بغیر فتح)

مفتوع اور مغلوب کی۔ مگر فاتح نے جو اقدامات اپنے مفاد کیلئے کیے۔ اس کو مفتوح نے اپنے مفاد میں تبدیل کرلیا۔ یہی موجودہ دنیا کا امتحان ہے۔ اس دنیا میں وہی لوگ کامیاب ہوتے ہیں جو دشمن کے مخالفانہ منصوبوں میں اپنے لیے موافق پہلو تلاش کرلیں جو دشمن کی تدبیروں کو اپنے لیے زینہ بنا کر آگے بڑھ جائیں۔

اس دنیا میں شکست بھی فتح کا دروازہ کھولتی ہے۔ یہاں جنگ کے بغیر بھی کامیاب مقابلہ کیا جاتا ہے مگر یہ سب کچھ دانش مندوں کیلئے ہے۔ نادانوں کیلئے خدا کی اس دنیا میں کوئی بھی حقیقی کامیابی مقدر نہیں۔ ان کیلئے فتح بھی شکست ہے اور شکست بھی شکست ہے۔

(بقیہ: دانت اور داڑھ درد کا علاج، معجزاتی کلام معجزاتی نتائج)

مجھے ایسے لگا کہ جیسے کوئی چپکے چپکے میری مدد کر رہا ہے۔ پہلے ذہن بوجھل اور پریشان رہتا تھا اب بالکل بھی نہیں۔ اب جس چیز کو بھی دل چاہے وہ بلا کسی خرچ کے مل جاتی ہے۔ پہلے بھی مل جاتی تھی مگر اب تو پہلے سے زیادہ آسانی ہوگئی۔ تمام مشکلات ایسے غائب ہوگئیں جیسے کوئی جن بھاگتا ہے۔ عمل درج ذیل ہے۔

(i) سورۃ الفاتحہ و سورۃ اخلاص (ii) سورۃ یٰسین، سورۃ الرحمٰن (iii) سورۃ الفتح، سورۃ الکھف (iv) سورۃ النباء (v) سورۃ المزمل، سورۃ الواقعہ، (vi) سورۃ الملک، (vii) ”**یَاسَمِیْعُ**“ اللہ کا نام۔

طریقہ: ہر نماز کے بعد ایک مرتبہ سورۃ الفاتحہ، 3 مرتبہ سورۃ اخلاص ایصال ثواب کی نیت سے پڑھیں۔

(1) فجر کی نماز کے بعد سورۃ یٰسین اور سورۃ الرحمٰن پڑھیں۔ (2) ظہر کی نماز کے بعد سورۃ الفتح اور جمعہ کے دن سورۃ الکھف بعد نماز جمعہ اور سورۃ فتح پڑھیں۔ (3) سورۃ النباء عصر کی نماز کے بعد پڑھیں۔ (4) سورۃ المزمل اور سورۃ الواقعہ مغرب کی نماز کے بعد پڑھیں۔ (5) عشاء کی نماز کے بعد سورۃ الملک پڑھیں۔ (6) ”**یَاسَمِیْعُ**“ اللہ کا بہت پیارا نام ہے وہی ہے جو بندوں کی سنتا ہے۔ اس نام مبارک کو جمعرات کے دن بعد نماز ظہر 100 مرتبہ کسی سے بات کیے بغیر پڑھیں اور اللہ تعالیٰ سے اپنی جائز حاجات مانگیں۔ ان شاء اللہ اللہ تعالیٰ آپ کو ضرور نوازیں گے۔

عمل کی شرائط:

(1) جھوٹ بولنے سے پرہیز کریں۔ (2) کچا پیاز، لہسن اور بدبودار اشیاء جو منہ میں بدبو پیدا کرنے کا سبب بنتی ہیں چھوڑ دیں۔ کچا پیاز خواہ سلاد کی صورت میں ہو، دھلا ہوا ہو یا کسی بھی چیز میں کچا مکس ہو جیسے کہ دہی بھلوں میں ڈال کر کھاتے ہیں، نہ کھائیں۔ (3) یقین کامل شرط اوّل ہے۔ (4) نماز کی پابندی لازم ہے۔ (5) عمل تسلسل سے کیا جائے۔ زندگی کے معمولات کا حصہ بنا لیا جائے۔

قارئین کرام یہ میرا ذاتی تجربہ اور آزمایا ہوا ہے آپ اس عمل کو کر کے دیکھیں اور پھر بتائیں کہ کیسا پایا؟

(بقیہ: انسانوں پر مقناطیسی قوت کے اثرات)

کے یہ لوگ جنہوں نے ان مقناطیسی لہروں پر کام کیا ہے ان میں Gassner شامل ہے۔ اللہ رب کریم تو کافروں میں بھی یہ قوت پیدا کر دیتا ہے کہ وہ ایک بند کمرے میں جو چیز منگوانا چاہتے ہیں حاصل کر سکتے ہیں۔

مسمر اور اس کی مسمیر زم: Mesmer and Iin Meserism

کسی انسان کی مقناطیسی قوت کو ابھارنے اور اسے بلندی تک لے جانے کے واسطے ڈاکٹر مسمر نے بہت کام کیا ہے۔ اس لیے اس کے نام پر اس قوت کا نام مسمیر زم رکھا گیا ہے۔ مسمیر زم اور Hypnatism پر میڈیکل سائنس میں بہت کام کیا جا رہا ہے۔ انسانی مقناطیسی قوت کس طرح کام کرتی ہے یہاں ہم مختصر بیان کرتے ہیں۔ انسانی مقناطیسی قوت پر کام کرنیوالا سب سے پہلا ڈاکٹر Dr. Frang Anton Mesmer (1734-1815) تھا جو سوئٹزر لینڈ میں پیدا ہوا اس نے Vienna میں میڈیکل کی تعلیم حاصل کی اور یہ چیز دریافت کی کہ انسان پر باہر سے کوئی قوت اثر انداز ہوتی ہے۔ یہ اللہ تعالیٰ کی قوت ہی ہے۔

ڈاکٹر مسمر نے Phillip Anrwlus کے کام کا بھی بغور مطالعہ کیا۔ ایشیاء، امریکہ اور یورپ کا سفر کیا اور کئی نئی تھیوریاں دریافت کیں۔ اس نے یہ بات دریافت کی کہ ان خصوصیات کا اثر مقناطیس کی وجہ سے ہوتا ہے۔ Paraeelsus نے دریافت کیا کہ مقناطیس میں بھی مختلف بیماریوں کی ٹھیک کرنے کی طاقت موجود ہے۔ وہ یہ جانتا تھا کہ انسانی جسم کے بیمار حصے پر مقناطیس رکھنے سے وہ تندرست ہو جاتا ہے۔ ڈاکٹر مسمیر پر Fahier Hall کا بہت اثر تھا جو Astronomy کا پروفیسر تھا۔ مسمر نے ہال کے کام کا بغور مطالعہ کیا کہ وہ کس طرح مریضوں کا علاج کرتا ہے۔ اس چیز سے اثر لیتے ہوئے اس نے مقناطیس سے علاج کرنے کا سوچا۔ ڈاکٹر مسمر نے ایک عورت کا علاج کیا جس کی عمر 29 سال تھی۔ اس کے سر میں شدید درد رہتا تھا اور دوسرے طریقہ علاج سے کوئی فرق نہ پڑتا تھا۔ تو مسمر نے مقناطیس سے علاج شروع کیا۔ مسمر نے جسم پر دو مقناطیس لگائے جو کہ ٹانگوں پر لگائے گئے تھے۔ جیسے ہی مقناطیس نے اس کے جسم کو چھوا تو درد کی وجہ سے اس کو دورہ پڑا۔ یہ حالت تھوڑی دیر تک رہی پھر اس نے ڈاکٹر مسمر کو بتایا کہ اب وہ بہتر محسوس کر رہی ہے اور اس کی درد جاتی رہی۔ دوسرے دن پھر اسے وہی دورہ پڑا ڈاکٹر مسمر نے پھر وہ طریقہ استعمال کیا اس دفعہ وہ زیادہ جلد آرام محسوس کرنے لگی۔ دو ماہ کے علاج کے بعد اس عورت کو درد کی وجہ سے پڑنے والے دورے مکمل طور پر ٹھیک ہو گئے۔ اس سے مسمر کو بہت حوصلہ ہوا۔ اس نے بہت سے مریضوں پر مقناطیس استعمال کرنا شروع کر دیا اور بہت سے مریض صحت مند ہونے لگے۔ ڈاکٹر مسمر کی جب ڈاکٹر جے جے گریزر سے واقفیت ہوئی اس نے دیکھا جے جے گریزر اپنے ہاتھوں کو عجیب طریقے سے حرکت دیتا ہے اور مریض کی آنکھوں کے سامنے یہ حرکت کرتا ہے۔ اصل میں ڈاکٹر جے جے گریزر کے ہاتھوں کی حرکت بالکل وہی تھی۔ جیسے مسمر مقناطیس کرتا تھا۔ اصل میں ڈاکٹر جے جے گریزر کے ہاتھوں میں بھی مقناطیسی لہریں پیدا ہوتی تھیں۔ اب ڈاکٹر مسمر نے مقناطیس کو چھوڑ کر ڈاکٹر جے جے گریزر کا طریقہ استعمال کرنا شروع کر دیا۔ اس طریقے میں بھی اسے بہت کامیابی حاصل ہوئی اور مریضوں کی تعداد بڑھ گئی۔ ڈاکٹر مسمر کا یہ طریقہ ہی مسمیر زم کہلاتا ہے۔ دوسرے طریقے سے علاج کرنے والے ڈاکٹر خاص طور پر ایلو پیتھک حضرات اس ہنر کو نہیں مانتے اگرچہ بڑی تعداد میں اس طریقہ علاج سے مریض صحت مند ہو رہے ہیں۔ ڈاکٹر Samuel Hahnemnan (1755-1843) نے ہومیو پیتھک طریقہ علاج دریافت کیا ہے وہ بھی اس بات کو مانتے تھے کہ مقناطیس سے مختلف بیماریوں کا علاج ممکن ہے۔ وہ اس بات کو بھی تسلیم بھی کرتے تھے کہ Mesmerism طریقہ علاج اللہ تعالیٰ کی ایک نعمت ہے۔

ڈاکٹر مسمر کے بعد آنے والے ڈاکٹروں نے بہت سے اپنے طریقے ایجاد کیے اور Mesmerism اور Hypnatism کو مزید ترقی دی ہے۔ اس میں کام کرنے والے زیادہ مشہور ڈاکٹرز Charest، Pinel، Brever اور Francl ہیں۔ Sigmnd Francl نے ڈاکٹری کی تعلیم Viena سے حاصل کی اور اپنے آپ کو پٹھوں کی بیماریوں کے لیے وقف کر دیا۔ سب سے پہلے اس نے معلوم کیا کہ خواہشات اور امیدیں اگر دب جائیں تو انسان کو ہوش نہیں رہتی۔ پھر مخصوص طریقے سے مریض کا دباؤ کم کیا جاتا ہے اور اسے ہوش میں لایا جاتا ہے۔ خواب سے ذہنی دباؤ کم ہوتا ہے اور انسان کو ٹھیک کرنے میں کافی مدد ملتی ہے۔ پیر و مرشد کے پاس اللہ تعالیٰ کی قوت کی لہریں ہوتی ہیں جس سے انسان ان کی طرف کھنچتا چلا جاتا ہے۔ دیکھیں اللہ تعالیٰ نے ایک پیر کامل کو اتنا رتبہ دے رکھا ہوتا ہے۔

(بقیہ: پیغمبر ﷺ اسلام کا غیر مسلموں سے حسن وسلوک)

آپ دشمنوں کے حق میں دعا کرتے تھے یہاں تک کہ یہ آیت نازل ہوئی: **اِسۡتَغۡفِرۡ لَهُمۡ اَوۡ لَا تَسۡتَغۡفِرۡ لَهُمۡ** (آپ ﷺ ان (منافقین) کے لیے استغفار کریں یا نہ کریں) (سورۃ توبہ آیت نمبر 80) آپ ﷺ نے فرمایا کہ مجھے میرے پروردگار نے ان کے لیے مغفرت مانگنے کا اختیار دیا ہے۔ اس لیے میں نے ان کے حق میں استغفار کیا۔ لیکن جب حق تعالیٰ نے ارشاد فرمایا: **اِنۡ تَسۡتَغۡفِرۡ لَهُمۡ سَبۡعِيۡنَ مَرَّةً فَلَنۡ يَّغۡفِرَ اللّٰهُ لَهُمۡ** (اگر آپ ان کیلئے ستر بار بھی استغفار کریں گے، تب بھی اللہ ان کو نہ بخشے گا۔) (سورۃ توبہ آیت نمبر 80) تو آپ ﷺ نے فرمایا کہ میں ستر دفعہ سے بھی زیادہ استغفار کرتا ہوں۔'' اور یہ دشمنوں کی ایذا رسانی کے مقابلہ میں انتہا درجہ کا عفو و اغماض ہے۔ (ابن ہشام)

(بقیہ: عیش پرستی اور ٹینشن کا روگ)

ابدی زندگی کیلئے بھی کچھ اثاثہ تیار ہو جائے تا کہ اللہ اور اس کے رسول ﷺ کے سامنے شرمندگی نہ اٹھانی پڑے۔ میں جب کوئی میت دیکھتی ہوں تو سوچتی ہوں کہ یہ انسان کی اخیر ہے۔ خالی ہاتھ آنا اور خالی ہاتھ واپس چلے جانا سوائے اپنے نیک اعمال کے۔ مضمون کو اور طوالت نہیں دینا چاہتی بات ختم کرتے ہوئے صرف اتنا کہوں گی کہ......

نزع کی آخری ہچکی کو ذرا غور سے سن

ساری زندگی کا خلاصہ اسی اک آواز میں ہے

اس شعر کو دل کی آنکھوں سے پڑھیں گے تو ذہن کے درد دور ہوتے چلے جائیں گے اور اگر کسی ایک بھی شخص نے ایسا کر لیا تو میں سمجھوں گی کہ میری تحریر کا مقصد پورا ہو گیا۔ اللہ آپ سب کو اور مجھے نیک اور صالحہ اعمال کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین!

(بقیہ: دوبارہ زندگی، قدرت کا معجزہ)

کر دوبارہ حاجی صاحب کو دکھایا تو وہ مجھ سے پوچھنے لگا کہ کیا یہ وہی مریض ہے؟ اس کا دل بدل گیا ہے۔ حاجی صاحب کا تقریباً تین گھنٹے آپریشن ہوا۔ آپریشن روم کے ساتھ سرجن روم میں ہم سب دعا کرتے رہے۔ حاجی صاحب کا ''منا'' لگاتار نوافل پڑھتا رہا۔ جب حاجی صاحب کو تین گھنٹے کے بعد باہر لایا گیا۔ انکی صحت یابی کی رفتار اتنی زیادہ تھی کہ چھٹے دن میرے گھر آ گئے۔ مجھے ہدیہ دیا اور شکریہ ادا کیا۔ میں نے اکرام کرنے کی اجازت مانگی تو انہوں نے روک دیا۔ میں نے آپریشن کے ٹانکوں کا پوچھا جو آپریشن کے دس دن بعد کاٹے جانے تھے تو انہوں نے اپنے پیٹ سے کپڑا اوپر کیا تو کوئی ٹانکہ نہیں تھا، صرف پرانے آپریشن کی لکیر نظر آ رہی تھی۔ پھر میں نے پوچھا کہ آپ نے چھ کلمے ہمارے سامنے پڑھے، پھر آپ مر گئے تو انہوں نے فرمایا کہ ہاں دو فرشتے مجھے جنت البقیع میں لے گئے، میری قبر کی جگہ بتائی، اسی دوران تیسرا فرشتہ آیا، اس نے کہا کہ ان کو واپس لے جائیں۔ انہوں نے اور کام کرنا ہے تو میں نشتر ہسپتال واپس آ گیا۔ نشتر ہسپتال میں بیماری کے دوران حاجی صاحب کو 70 کے قریب خون کی بوتلیں لگیں۔ یہ اندازہ لگانا کہ حاجی صاحب کتنی دیر مردہ رہے، مشکل ہے۔ اندازاً 15 منٹ یا زیادہ ہوں گے۔ چند سال قبل ہمارے ہڈی جوڑ کے پروفیسر کھیلتے ہوئے میدان میں بے ہوش ہو کر گر پڑے۔ ان کو فوری ہسپتال لایا گیا، دل کی حرکت کو چالو کر دیا گیا جس سے وہ زندہ ہو گئے مگر چند منٹ دماغ کو خون نہ ملنے کی وجہ سے Brain Death ہو گئی۔ اب یہ پروفیسر صاحب زندہ ہیں، چل پھر رہے ہیں مگر پہچان نہیں سکتے۔ اپنے بچوں، بیوی، نوکروں کو بھول چکے ہیں۔ ان کی نوکری ختم ہو گئی اور چند سالوں سے گھر میں رہ رہے ہیں۔ یہ ہے فرق Brain Death کا ایک دنیا دار میں اور ایک داعی کے درمیان۔ داعی کافی دیر مرنے کے بعد جب زندہ ہوتا ہے تو ٹھیک ہوتا ہے کیونکہ حاجی صاحب کو مر کر زندہ ہوئے 24 سال ہو گئے ہیں۔ اسی طرح کا واقعہ کافی عرصہ پہلے طاہر شاہ صاحب کوئٹہ والے کے ساتھ ہوا تھا۔ جب بھی میں رائے ونڈ جاتا تھا تو بتایا جاتا کہ طاہر شاہ صاحب کافی دیر مر جانے کے بعد زندہ ہوئے۔ شاہ صاحب دعوت کے کام میں کوئٹہ میں مشہور تھے۔ سول سیکرٹریٹ میں ملازم تھے اور دعوت کے کام کو اوڑھنا بچھونا بنایا ہوا تھا۔ شاہ صاحب کو دل کا دورہ پڑا۔ ہسپتال میں داخل ہوئے اور وہاں ایک فرشتہ نے آ کر ان کو بتایا کہ احکم الحاکمین کے پاس چلنا ہے۔ شاہ صاحب ہسپتال میں مر چکے تھے۔ ان کو گھر لے جانے کیلئے گاڑی کا بندوبست کیا گیا۔ سٹریچر پر ان کی میت کو ڈالکر گاڑی میں رکھا گیا، گاڑی چل پڑی اسی دوران شاہ صاحب کی روح واپس جسم میں آ گئی تھی۔ وہ گاڑی میں اٹھ بیٹھے، گاڑی کا ڈرائیور اور ساتھ بیٹھے ہوئے رشتہ دار ڈر کے مارے ان کو تنہا چھوڑ گئے۔ شاہ صاحب نے گاڑی سے اتر کر رکشہ کو بلایا، جب رکشہ قریب آیا تو گاڑی کے ڈرائیور نے رکشہ والے کو بھگا دیا۔ مجبور ہو کر شاہ صاحب پیدل گھر کی طرف چل پڑے۔ جب گھر پہنچے تو گھر والے ڈر سے گھر خالی کر گئے۔ شاہ صاحب نے اپنی بیوی کو بلایا اور بتایا کہ میں مرا نہیں تھا ڈاکٹروں نے غلط بتایا تھا۔ بڑی کوشش سے ان کی اہلیہ ان کے پاس آئیں اور حالات آہستہ آہستہ ٹھیک ہو گئے۔ 1990ء میں میری جماعت کی تشکیل کوئٹہ میں ہوئی۔ وہاں طاہر شاہ صاحب بیٹھے تھے۔ ان کو بلایا، وہ دوسرے دن صبح کے وقت ہماری جماعت کو مسجد میں ملے اور انہوں نے اوپر والے حالات سنائے جو ساری جماعت نے سنے۔ شاہ صاحب نے ہمیں بتایا کہ اللہ تعالیٰ کو اپنا دین سب سے پیارا ہے، جو دین کی محنت میں لگ جاتا ہے اللہ تعالیٰ اس سے پیار کرتے ہیں اور زندگی بھی بڑھا دیتے ہیں۔ اوپر والے دو واقعات اس چیز کا ثبوت ہیں۔

(ڈاکٹر نور احمد نور، ملتان)

آنکھوں کی چمک کیلئے: خالص شہد آنکھوں پر لگانے سے آنکھوں میں چمک پیدا ہوتی ہے

(بقیہ: انسانوں پر مقناطیسی قوت کے اثرات)

کے یہ لوگ جنہوں نے ان مقناطیسی لہروں پر کام کیا ہے ان میں Gassner شامل ہے۔ اللہ رب کریم تو کافروں میں بھی یہ قوت پیدا کر دیتا ہے کہ وہ ایک بند کمرے میں جو چیز منگوانا چاہتے ہیں حاصل کر سکتے ہیں۔

مسمر اور اس کی مسمیر زم: Mesmer and lin Meserism

کسی انسان کی مقناطیسی قوت کو ابھارنے اور اسے بلندی تک لے جانے کے واسطے ڈاکٹر مسمر نے بہت کام کیا ہے۔ اس لیے اس کے نام پر اس قوت کا نام مسمیر زم رکھا گیا ہے۔ مسمیر زم اور Hypnatism پر میڈیکل سائنس میں بہت کام کیا جا رہا ہے۔ انسانی مقناطیسی قوت کس طرح کام کرتی ہے یہاں ہم مختصر بیان کرتے ہیں۔ انسانی مقناطیسی قوت پر کام کرنیوالا سب سے پہلا ڈاکٹر Dr. Frang Anton Mesmer (1734-1815) تھا جو سوئٹزر لینڈ میں پیدا ہوا اس نے Vienna میں میڈیکل کی تعلیم حاصل کی اور یہ چیز دریافت کی کہ انسان پر باہر سے کوئی قوت اثر انداز ہوتی ہے۔ یہ اللہ تعالیٰ کی قوت ہی ہے۔

ڈاکٹر مسمر نے Phillip Anrwlus کے کام کا بھی بغور مطالعہ کیا۔ ایشیاء، امریکہ اور یورپ کا سفر کیا اور کئی نئی تھیوریاں دریافت کیں۔ اس نے یہ بات دریافت کی کہ ان خصوصیات کا اثر مقناطیس کی وجہ سے ہوتا ہے۔ Paraeelsus نے دریافت کیا کہ مقناطیس میں بھی مختلف بیماریوں کی ٹھیک کرنے کی طاقت موجود ہے۔ وہ یہ جانتا تھا کہ انسانی جسم کے بیمار حصے پر مقناطیس رکھنے سے وہ تندرست ہو جاتا ہے۔ ڈاکٹر مسمیر پر Fahier Hall کا بہت اثر تھا جو Astronomy کا پروفیسر تھا۔ مسمر نے ہال کے کام کا بغور مطالعہ کیا کہ وہ کس طرح مریضوں کا علاج کرتا ہے۔ اس چیز سے اثر لیتے ہوئے اس نے مقناطیس سے علاج کرنے کا سوچا۔ ڈاکٹر مسمر نے ایک عورت کا علاج کیا جس کی عمر 29 سال تھی۔ اس کے سر میں شدید درد رہتا تھا اور دوسرے طریقہ علاج سے کوئی فرق نہ پڑتا تھا۔ تو مسمر نے مقناطیس سے علاج شروع کیا۔ مسمر نے جسم پر دو مقناطیس لگائے جو کہ ٹانگوں پر لگائے گئے تھے۔ جیسے ہی مقناطیس نے اس کے جسم کو چھوا تو درد کی وجہ سے اس کو دورہ پڑا۔ یہ حالت تھوڑی دیر تک رہی پھر اس نے ڈاکٹر مسمر کو بتایا کہ اب وہ بہتر محسوس کر رہی ہے اور اس کی درد جاتی رہی۔ دوسرے دن پھر اسے وہی دورہ پڑا ڈاکٹر مسمر نے پھر وہ طریقہ استعمال کیا اس دفعہ وہ زیادہ جلد آرام محسوس کرنے لگی۔ دو ماہ کے علاج کے بعد اس عورت کو درد کی وجہ سے پڑنے والے دورے مکمل طور پر ٹھیک ہو گئے۔ اس سے مسمر کو بہت حوصلہ ہوا۔ اس نے بہت سے مریضوں پر مقناطیس استعمال کرنا شروع کر دیا اور بہت سے مریض صحت مند ہونے لگے۔ ڈاکٹر مسمر کی جب ڈاکٹر جے جے گریزر سے واقفیت ہوئی اس نے دیکھا جے جے گریزر اپنے ہاتھوں کو عجیب طریقے سے حرکت دیتا ہے اور مریض کی آنکھوں کے سامنے یہ حرکت کرتا ہے۔ اصل میں ڈاکٹر جے جے گریزر کے ہاتھوں کی حرکت بالکل وہی تھی۔ جیسے مسمر مقناطیس کرتا تھا۔ اصل میں ڈاکٹر جے جے گریزر کے ہاتھوں میں بھی مقناطیسی لہریں پیدا ہوتی تھیں۔ اب ڈاکٹر مسمر نے مقناطیس کو چھوڑ کر ڈاکٹر جے جے گریزر کا طریقہ استعمال کرنا شروع کر دیا۔ اس طریقے میں بھی اسے بہت کامیابی حاصل ہوئی اور مریضوں کی تعداد بڑھ گئی۔ ڈاکٹر مسمر کا یہ طریقہ ہی مسمیر زم کہلاتا ہے۔ دوسرے طریقے سے علاج کرنے والے ڈاکٹر خاص طور پر ایلوپیتھک حضرات اس ہنر کو نہیں مانتے اگرچہ بڑی تعداد میں اس طریقہ علاج سے مریض صحت مند ہو رہے ہیں۔ ڈاکٹر Samuel Hahnemnan (1755-1843) نے ہومیوپیتھک طریقہ علاج دریافت کیا ہے وہ بھی اس بات کو مانتے تھے کہ مقناطیس سے مختلف بیماریوں کا علاج ممکن ہے۔ وہ اس بات کو بھی تسلیم بھی کرتے تھے کہ Mesmerism طریقہ علاج اللہ تعالیٰ کی ایک نعمت ہے۔

ڈاکٹر مسمر کے بعد آنے والے ڈاکٹروں نے بہت سے اپنے طریقے ایجاد کیے اور Mesmerism اور Hypnatism کو مزید ترقی دی ہے۔ اس میں کام کرنے والے زیادہ مشہور ڈاکٹرز Charest، Pinel، Brever اور Francl ہیں۔ Sigmnd Francl نے ڈاکٹری کی تعلیم Viena سے حاصل کی اور اپنے آپ کو پٹھوں کی بیماریوں کے لیے وقف کر دیا۔ سب سے پہلے اس نے معلوم کیا کہ خواہشات اور امیدیں اگر دب جائیں تو انسان کو ہوش نہیں رہتی۔ پھر مخصوص طریقے سے مریض کا دباؤ کم کیا جاتا ہے اور اسے ہوش میں لایا جاتا ہے۔ خواب سے ذہنی دباؤ کم ہوتا ہے اور انسان کو ٹھیک کرنے میں کافی مدد ملتی ہے۔ پیرومرشد کے پاس اللہ تعالیٰ کی قوت کی لہریں ہوتی ہیں جس سے انسان ان کی طرف کھنچتا چلا جاتا ہے۔ دیکھیں اللہ تعالیٰ نے ایک پیر کامل کو اتنا رتبہ دے رکھا ہوتا ہے۔

(بقیہ: پیغمبر ﷺ اسلام کا غیر مسلموں سے حسن وسلوک)

آپ دشمنوں کے حق میں دعا کرتے تھے یہاں تک کہ یہ آیت نازل ہوئی: **اِسْتَغْفِرْ لَهُمْ اَوْلَا تَسْتَغْفِرْ لَهُمْ** (آپ ﷺ ان (منافقین) کے لیے استغفار کریں یا نہ کریں) (سورۃ توبہ آیت نمبر 80) آپ ﷺ نے فرمایا کہ مجھے میرے پروردگار نے ان کے لیے مغفرت مانگنے کا اختیار دیا ہے۔ اس لیے میں نے ان کے حق میں استغفار کیا۔ لیکن جب حق تعالیٰ نے ارشاد فرمایا: **اِنْ تَسْتَغْفِرْ لَهُمْ سَبْعِيْنَ مَرَّةً فَلَنْ يَّغْفِرَ اللّٰهُ لَهُمْ** (اگر آپ ان کیلئے ستر بار بھی استغفار کریں گے، تب بھی اللہ ان کو نہ بخشے گا۔) (سورۃ توبہ آیت نمبر 80) تو آپ ﷺ نے فرمایا کہ میں ستر دفعہ سے بھی زیادہ استغفار کرتا ہوں۔'' اور یہ دشمنوں کی ایذا رسانی کے مقابلہ میں انتہا درجہ کا عفو واغماض ہے۔ (ابن ہشام)

(بقیہ: عیش پرستی اور ٹینشن کا روگ)

ابدی زندگی کیلئے بھی کچھ اثاثہ تیار ہو جائے تا کہ اللہ اور اس کے رسول ﷺ کے سامنے شرمندگی نہ اٹھانی پڑے۔ میں جب کوئی میت دیکھتی ہوں تو سوچتی ہوں کہ یہ انسان کی اخیر ہے۔ خالی ہاتھ آنا اور خالی ہاتھ واپس چلے جانا سوائے اپنے نیک اعمال کے۔ مضمون کو اور طوالت نہیں دینا چاہتی بات ختم کرتے ہوئے صرف اتنا کہوں گی کہ......

نزع کی آخری ہچکی کو ذرا غور سے سن
ساری زندگی کا خلاصہ اسی اک آواز میں ہے

اس شعر کو دل کی آنکھوں سے پڑھیں گے تو ذہن کے درد دور ہوتے چلے جائیں گے اور اگر کسی ایک بھی شخص نے ایسا کر لیا تو میں سمجھوں گی کہ میری تحریر کا مقصد پورا ہو گیا۔ اللہ آپ سب کو اور مجھے نیک اور صالحہ اعمال کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین!

(بقیہ: دوبارہ زندگی، قدرت کا معجزہ)

کر دوبارہ حاجی صاحب کو دکھایا تو وہ مجھ سے پوچھنے لگا کہ کیا یہ وہی مریض ہے؟ اس کا دل بدل گیا ہے۔ حاجی صاحب کا تقریباً تین گھنٹے آپریشن ہوا۔ آپریشن روم کے ساتھ سرجن روم میں ہم سب دعا کرتے رہے۔ حاجی صاحب کا ''منا'' لگاتار نوافل پڑھتا رہا۔ جب حاجی صاحب کو تین گھنٹے کے بعد باہر لایا گیا۔ انکی صحت یابی کی رفتار اتنی زیادہ تھی کہ چھٹے دن میرے گھر آ گئے۔ مجھے ہدیہ دیا اور شکریہ ادا کیا۔ میں نے اکرام کرنے کی اجازت مانگی تو انہوں نے روک دیا۔ میں نے آپریشن کے ٹانکوں کا پوچھا جو آپریشن کے دس دن بعد کاٹے جانے تھے تو انہوں نے اپنے پیٹ سے کپڑا اوپر کیا تو کوئی ٹانکہ نہیں تھا، صرف پرانے آپریشن کی لکیر نظر آ رہی تھی۔ پھر میں نے پوچھا کہ آپ نے چھ کلمے ہمارے سامنے پڑھے، پھر آپ مر گئے تو انہوں نے فرمایا کہ ہاں دو فرشتے مجھے جنت البقیع میں لے گئے، میری قبر کی جگہ بتائی، اسی دوران تیسرا فرشتہ آیا، اس نے کہا کہ ان کو واپس لے جائیں۔ انہوں نے اور کام کرنا ہے تو میں نشتر ہسپتال واپس آ گیا۔ نشتر ہسپتال میں بیماری کے دوران حاجی صاحب کو 70 کے قریب خون کی بوتلیں لگیں۔ یہ اندازہ لگانا کہ حاجی صاحب کتنی دیر مردہ رہے، مشکل ہے۔ اندازاً 15 منٹ یا زیادہ ہوں گے۔ چند سال قبل ہمارے ہڈی جوڑ کے پروفیسر کھیلتے ہوئے میدان میں بے ہوش ہو کر گر پڑے۔ ان کو فوری ہسپتال لایا گیا، دل کی حرکت کو چالو کر دیا گیا جس سے وہ زندہ ہو گئے مگر چند منٹ دماغ کو خون نہ ملنے کی وجہ سے Brain Death ہو گئی۔ اب یہ پروفیسر صاحب زندہ ہیں، چل پھر رہے ہیں مگر پہچان نہیں سکتے۔ اپنے بچوں، بیوی، نوکروں کو بھول چکے ہیں۔ ان کی نوکری ختم ہو گئی اور چند سالوں سے گھر میں رہ رہے ہیں۔ یہ ہے فرق Brain Death کا ایک دنیا دار میں اور ایک داعی کے درمیان۔ داعی کافی دیر مرنے کے بعد جب زندہ ہوتا ہے تو ٹھیک ہوتا ہے کیونکہ حاجی صاحب کو مر کر زندہ ہوئے 24 سال ہو گئے ہیں۔ اسی طرح کا واقعہ کافی عرصہ پہلے طاہر شاہ صاحب کوئٹہ والے کے ساتھ ہوا تھا۔ جب بھی میں رائے ونڈ جاتا تھا تو بتایا جاتا کہ طاہر شاہ صاحب کافی دیر مر جانے کے بعد زندہ ہوئے۔ شاہ صاحب دعوت کے کام میں کوئٹہ میں مشہور تھے۔ سول سیکرٹریٹ میں ملازم تھے اور دعوت کے کام کو اوڑھنا بچھونا بنایا ہوا تھا۔ شاہ صاحب کو دل کا دورہ پڑا۔ ہسپتال میں داخل ہوئے اور وہاں ایک فرشتہ نے آ کر ان کو بتایا کہ احکم الحاکمین کے پاس چلنا ہے۔ شاہ صاحب ہسپتال میں مر چکے تھے۔ ان کو گھر لے جانے کیلئے گاڑی کا بندوبست کیا گیا۔ سٹریچر پر ان کی میت کو ڈال کر گاڑی میں رکھا گیا، گاڑی چل پڑی اسی دوران شاہ صاحب کی روح واپس جسم میں آ گئی تھی۔ وہ گاڑی میں اٹھ بیٹھے، گاڑی کا ڈرائیور اور ساتھ بیٹھے ہوئے رشتہ دار ڈر کے مارے ان کو تنہا چھوڑ گئے۔ شاہ صاحب نے گاڑی سے اتر کر رکشہ کو بلایا، جب رکشہ قریب آیا تو گاڑی کے ڈرائیور نے رکشہ والے کو بھگا دیا۔ مجبور ہو کر شاہ صاحب پیدل گھر کی طرف چل پڑے۔ جب گھر پہنچے تو گھر والے ڈر سے گھر خالی کر گئے۔ شاہ صاحب نے اپنی بیوی کو بلایا اور بتایا کہ میں مرا نہیں تھا ڈاکٹروں نے غلط بتایا تھا۔ بڑی کوشش سے ان کی اہلیہ ان کے پاس آئیں اور حالات آہستہ آہستہ ٹھیک ہو گئے۔ 1990ء میں میری جماعت کی تشکیل کوئٹہ میں ہوئی۔ وہاں طاہر شاہ صاحب بیٹھے تھے۔ ان کو بلایا، وہ دوسرے دن صبح کے وقت ہماری جماعت کو مسجد میں ملے اور انہوں نے اوپر والے حالات سنائے جو ساری جماعت نے سنے۔ شاہ صاحب نے ہمیں بتایا کہ اللہ تعالیٰ کو اپنا دین سب سے پیارا ہے، جو دین کی محنت میں لگ جاتا ہے اللہ تعالیٰ اس سے پیار کرتے ہیں اور زندگی بھی بڑھا دیتے ہیں۔ اوپر والے دو واقعات اس چیز کا ثبوت ہیں۔

(ڈاکٹر نور احمد نور، ملتان)

آنکھوں کی چمک کیلئے: خالص شہد آنکھوں پر لگانے سے آنکھوں میں چمک پیدا ہوتی ہے

پتھری، ڈائیلاسز اور پیشاب کے غدود لاعلاج نہیں

مسئلہ اگر گردے کی پرانی پتھری کا ہو جو کئی بار آپریشن کے بعد بھی بار بار بن جاتی ہو۔ گردے کا درد، پیشاب کی بندش یا رکاوٹ ہو یا پیشاب قطرہ قطرہ آتا ہو۔ جسم پر اور چہرے پر ورم ہو جاتی ہو یا پھر پتھری ٹوٹ کر پیشاب کی نالی میں اٹک گئی ہو۔ مریض درد کی شدت سے بے قرار اور تڑپ رہا ہو۔ ایسے تمام پیچیدہ عوارضات میں ہماری خالص جڑی بوٹیوں سے تیار دوائی ایک عظیم تریاق اور شفا ہے۔ حتیٰ کہ جن مریضوں کے گردے کمزور ہو گئے ہوں اور یوریا، یورک ایسڈ اور کریٹینن بڑھ گئی ہو اور مریض ڈائیلاسز کے قابل ہو چکا ہو۔ یہ دوائی اس وقت بہت ہی کام کی چیز ہے۔ بے شمار لوگوں نے سالہا سال آزمایا ہے۔ آزمائش کے بعد ہم نے اس کا کورس مرتب کیا ہے۔ الغرض گردوں کے امراض، حتیٰ کہ پتے کی پتھری کے لیے بھی لاجواب چیز ہے۔ پراسٹیٹ یعنی غدود بڑھ جائیں اور آپریشن کے بغیر چارہ نہ ہو تو پھر اس دوائی کا کمال دیکھیں۔ ہاں اعتماد سے کچھ عرصہ استعمال ضروری ہے۔ پراسٹیٹ کے ایسے مریض جنہیں ہر وقت جلن اور پیشاب رُک رُک کر آتا تھا یا بند ہو جاتا تھا انہوں نے یہ دوائی استعمال کی تو پھولے اور بڑھے ہوئے غدود ختم ہو کر پیشاب کے مسائل بالکل ختم ہو گئے۔ (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 15 یوم)

بے اولادی اور بانجھ پن قابل علاج ہیں

ایسے مریض جو لیبارٹری ٹیسٹ کے مطابق اولاد پیدا کرنے کے قابل نہیں اور مادہ تولید میں وہ اجسام کمزور ہیں جو اولاد کے قابل بناتے ہیں۔ بے شمار علاج کرا چکے ہوں۔ حتیٰ کہ اب دواؤں کے نام سے چڑ جاتے ہوں۔ سب جگہ سے اعتماد ختم ہو چکا ہو۔ گھریلو زندگی اولاد کے نہ ہونے کی وجہ سے ویران ہے۔ سکون، چین نہیں۔ دنیا کی سب نعمتیں ہیں لیکن اولاد کی نعمت نہیں ہے۔ ایسے مایوس اور اولاد کے غم سے نڈھال مریض رکھیں اور پریشان نہ ہوں۔ آپ کچھ عرصہ یہ بے اولادی کورس استعمال کریں۔ اگر یہ مرض عورتوں میں ہے تو وہ کچھ عرصہ پوشیدہ کورس استعمال کریں۔ یقین جانیے یہ بے اولادی کورس ایسے مردوں کو بھی فائدہ دے گیا ہے جو بالکل زیرو تھے اور ایک فی صد بھی زندہ اجسام مادہ تولید میں نہیں تھے۔ مایوس اور لاعلاج مریض متوجہ ہوں اور گھر کے آنگن میں اولاد کی نعمت پائیں۔ دوائی استعمال کرنے سے پہلے ٹیسٹ کروائیں اور ایک ماہ کی دوائی کھانے کے بعد ٹیسٹ دوبارہ کرائیں۔ آپ حیرت انگیز واضح فرق محسوس کریں گے۔ ابتدائی طور پر کم از کم ایک ماہ دوائی کھانا لازم ہے۔ (قیمت -/2200 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوائی برائے 30 یوم)

شوگر کا خاتمہ ممکن ہے

ہمارے شعبہ تحقیق نے بہت ہی کوشش اور جستجو کے بعد ایسے قدرتی خالص اجزاء پر مشتمل ادویات تیار کیں ہیں جو شوگر کے ان مریضوں کے لیے نہایت مفید ہیں جو گولیاں کھا کھا کر اپنے گردوں سے ہاتھ دھو چکے ہیں یا دھونے والے ہیں۔ شوگر کی وجہ سے دل کی کمزوری، پٹھوں کا کھچاؤ، سستی رہنا، دماغی کمزوری، یادداشت کی کمی، نگاہ کی کمزوری، خاص طاقت اور قوت کی زبردست کمی، ٹانگوں کا درد، گھنٹوں سو کر بھی جسم کا چست نہ ہونا۔ ڈپریشن، ٹینشن تھوڑا سا کام کر کے تھک جانا، بیزاری، بے قراری، اور طبیعت کا الجھا ہوا رہنا۔ یہ تمام عوارضات ہوں یا بتدریج ہو رہے ہوں تو یہ کورس جسم میں روح کی مانند ہے اور اندھیرے میں چودھویں کے چاند کی مانند ہے۔ اگر اس کورس کو کچھ عرصہ مستقل اور اعتماد سے استعمال کر لیا جائے تو شوگر اور اس سے پیدا ہونے والے تمام مہلک عوارضات (ان شاءاللہ) ہمیشہ کے لیے ختم ہو جائیں گے۔ آج ہی یہ کورس شروع کریں اور اپنی مردہ زندگی میں جان ڈالیں۔ اعتماد اور آزمائش شرط ہے۔ نوٹ: (فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں آہستہ آہستہ ختم کریں) (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوائی برائے 15 یوم)

کمر، جوڑوں اور پٹھوں کا درد وبال کیوں؟

جوڑوں کا درد، کمر کا درد یا پٹھوں کا پرانا درد کسی بھی عمر میں ہو۔ آپ ادویات کھا کھا کر عاجز آ چکے ہوں۔ جسم بے کار ہو گیا ہو۔ زندگی دوسروں کے لیے بوجھ اور اپنے لیے وبال بن گئی ہو۔ ایسے تمام حالات میں یہ دوائی (جس کا کوئی سائیڈ ایفیکٹ نہیں) جو خالص جڑی بوٹیوں سے تیار ہے اور جسم کو تندرست اور جوڑوں کی دردوں اور ورموں کے لیے آخری چیز ہے۔ ایسے مریض جو کمر کے لیے بیلٹ یا خاص بستر استعمال کرتے ہیں یا جوڑوں کے درد کی وجہ سے عبادت اور زندگی کی ضروری حاجات سے بھی عاجز ہیں، ان کے لیے ایک تحفہ اور خوشخبری ہے۔ اعتماد اور بھروسے دوائی استعمال کریں کیونکہ یہ دوائی ایسے پرانے مریضوں کے لیے بھی مفید ہے جن کے ہاتھ، پاؤں ٹیڑھے ہو گئے تھے۔ یہ دوا کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کرنے سے آپ کو معاشرے کا ایک صحت مند اور تندرست شخص بنا دے گی۔ اس کے علاوہ یہ دوائی جسم کو توانائی ہر قسم کی طاقت اور فٹنس کے لیے بھی حیرت انگیز رزلٹ دے گی۔ نوٹ: فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں آہستہ آہستہ ختم کریں۔ (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 15 یوم)

چہرے کا حسن و جمال نکھر سکتا ہے

کیل مہاسے، چھائیاں، داغ، دھبے، غیر ضروری بال اور جھریاں ختم

مردوں اور عورتوں کے چہرے کے حسن و جمال کے لیے کیل مہاسے، چھائیاں، داغ دھبے، غیر ضروری بال اور جھُریاں زہر ہیں۔ ظلم یہ ہے کہ ان پر ایسی کیمیکل بھری زہریلی کریمیں لگائی جاتی ہیں جو وقتی فائدے کے بعد دائمی داغ اور دھبے چھوڑ جاتی ہیں۔ حتیٰ کہ انسان اپنا چہرہ کسی کو دکھانے کے قابل بھی نہیں ہوتا۔ کئی شادیاں صرف چہرے کے حسن و جمال کی وجہ سے ناکام ہوئیں کیونکہ میاں ہو یا بیوی پہلی نظر تو چہرے پر ہی جاتی ہے۔ اگر چہرہ دلکش اور خوبصورت نہ ہو تو لوگوں کا اعتماد اور محبت ختم ہو جاتی ہے۔ سالہا سال کے تجربات کے بعد خالص جڑی بوٹیوں کے مرکب سے ایک کورس مرتب کیا ہے جس میں لگانے کے لیے ایک دیسی کریم بھی ساتھ ہوگی۔ یہ کھانے اور لگانے کی دوائی، اندرونی اور بیرونی نظام کو صاف شفاف کر کے چہرے کو چاند کی طرح بنا دیں گے۔ حتیٰ کہ کیل مہاسے الرجی اور خون کی خرابی، حدت، معدے کی تیزابیت اور دیگر نسوانی یا مردانی خرابیاں دور ہو جاتی ہے۔ پھر چہرے پر لگانے کے لیے خوشبودار دیسی کریم تو ایک دفعہ لگانے سے ہی فوری اپنا رزلٹ دیتی ہے۔ حتیٰ کہ چند بار لگانے سے نئی زندگی، نیا حسن اور اعتماد بڑھتا ہے۔ یہ ایک ماہ کا کورس ہے۔ پرانی مرض کے لیے کچھ عرصہ مستقل دوائی کھانا لازم ہے۔ تمام قسم کے مصالحہ جات، ہر قسم کا گوشت، مصنو مشروبات اور تلی ہوئی چیزوں سے سخت پرہیز کریں۔ عجیب چیز یہ ہے کہ اس دوائی کا کوئی بھی سائیڈ ایفیکٹ نہیں۔

نوٹ: عورتیں صرف محرم کے لیے کورس استعمال کریں۔ کیونکہ غیر محرم کے لیے حسن و جمال جائز نہیں (قیمت -/2000 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 30 یوم)

عبقری الحمدللہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔